A Essência da Medicina Chinesa

Retorno às Origens - Livro 1



PHILIPPE SIONNEAU

Tradução : Silvia Ferreira

Autoria: Philippe Sionneau
Tradução: Silvia Ferreira
Revisão Técnica: Reginaldo de Carvalho Silva Filho
Paulo Henrique Pereira Gonçalves

Declaração: Este livro é publicado com a intenção de informar e difundir o conhecimento. Nem o autor, nem o editor assumem qualquer responsabilidade pelo mal uso das informações contidas neste livro, ou ainda por eventuais falhas ou omissões. As informações presentes não visam substituir o profissional habilitado na avaliação e tratamento.

Ficha Catalográfica
Catalogação na Publicação (CIP)

Sionneau, Philippe
A essência da medicina chinesa: retorno às origens Livro 1/
Philippe Sionneau; tradução Silvia Ferreira – São Paulo: EBMC,
2015.

Tipo de Suporte: PAPEL
Prefixo Editorial: 66747
ISBN 978-85-66747-18-8
1.Acupuntura 2.Medicina Chinesa 3.História da Medicina I.Titulo

CDU 610.951
NLM-WB 55.C4



São Paulo
Editora Brasileira de Medicina Chinesa
2015

Sumário

Capítulo 5 – Xuè – Sangue ... 277 - 294

Capítulo 6 – Jin Yè- Líquidos Orgânicos .... 295 - 310

Capítulo 7- Relações entre qì, Sangue, Líquidos e Jing .... 311 - 324

Capítulo 8 - Xíng Ti Guan Qiào Qu Ti - Formas corporais, Postos e Orifícios .... 325 - 391

Prefácio da Edição Brasileira

É com muita honra e muito orgulho que inicio o prefácio desta tão importante obra para o avanço e aprofundamento dos estudos da Medicina Chinesa. Sempre digo a meus alunos que os grandes avanços e aprofundamentos nas práticas da Medicina Chinesa se fazem com o retorno pela busca de mais conhecimentos e entendimentos das verdadeiras bases da Medicina Chinesa.

Na qualidade de editor e revisor técnico tive a oportunidade de ler e reler esta obra por algumas vezes e posso afirmar que a cada leitura novas nuances e novas interpretações de alguns conceitos podem ser notadas, o que acaba por refinar cada vez mais os conhecimentos e ampliar o entendimento.

Atualmente no Brasil temos cada vez mais e mais materiais relacionados com a Medicina Chinesa, destacadamente livros mais voltados exclusivamente para a acupuntura, mas em sua maioria são livros mais voltados para os aspectos mais práticos e clínicos, mais voltados para técnicas e tratamentos, e acabam sendo deixados de lado os textos relacionados com as bases, as teorias fundamentais da Medicina Chinesa.

Devemos sempre recordar que sem uma boa base é muito difícil uma prática que se sustente bem ou que possa se destacar e elevar cada vez mais o nível desta prática, seja para a própria pessoa, seja pensando na promoção de conhecimento para os demais praticantes.

Meu amigo Philippe Sionneau fez um excelente trabalho no sentido de resgatar informações muito valiosas e conseguir passar estas informações demonstrando ao leitor as diversa relações e inter-relações presentes nos conhecimentos passados.
Gostaria neste momento de citar algumas palavras proferidas por um dos grandes nomes contemporâneos da Medicina Chinesa e uma das referências vivas tanto na província de Guangzhou, onde ainda atua na Universidade de Medicina Chinesa, como em toda a China, o Dr. Deng Tie Tao 邓铁涛:

> *"Os quatro grandes clássicos são a raiz da Medicina Chinesa. E nenhum dos grandes mestres históricos da Medicina Chinesa deram suas inestimáveis contribuições para a Medicina Chinesa sem estudá-los com grande profundidade. Infelizmente, hoje em dia, algumas escolas de Medicina Chinesa pensam que os quatro clássicos são desatualizados e elas negligenciam ou diminuem o ensinamento deles. Como resultado, os padrões clínicos da Medicina Chinesa deterioram rapidamente e progressivamente como um rio fluindo de sua fonte. Eu não sou contra o ensino da medicina moderna para os estudantes de Medicina Chinesa. Entretanto, não podemos negligenciar a raiz da Medicina Chinesa."*

Pelas palavras do grande Dr. Deng Tie Tao é possível notar a grande ênfase que ele coloca e o estímulo que ele nos dá para que estudemos os clássicos da Medicina Chinesa para que tenhamos uma raiz cada vez mais forte.

Este texto de Philippe Sionneau está diretamente relacionado com os clássicos com uma grande quantidade de citações e referências aos quatro grandes clássicos, mas também a outros diversos importantíssimos textos clássicos e pré modernos, dando aos leitores oportunidades únicas de aprendizado.

É importante também citar que no final de cada capítulo foi incluído um glossário dos principais termos e expressões chinesas relacionadas com o tema do capítulo. Este glossário foi incluído com a intenção de se tornar um guia linguístico básico sobre a terminologia técnica da Medicina Chinesa. Os termos e expressões incluídas são consideradas pelo autor como um repertório mínimo a ser conhecido pelos praticantes para que a Medicina Chinesa possa, de verdade, se destacar como uma área de saber independente e com terminologia própria, como de fato ela é.

Destaco também que é uma honra prefaciar esta que é a primeira obra do Philippe Sionneau em língua portuguesa, permitindo que todos os lusófonos possam aproveitar de seus conhecimentos. Não poderia deixar de destacar o grandioso trabalho da professora Silvia Ferreira em sua tradução e extensa revisão para que esta obra pudesse estar disponível em português. Ainda na questão de agradecimentos, tenho que destacar o apoio de um grande amigo, Paulo Henrique Pereira Gonçalves que me auxiliou no trabalho de revisão em alguns dos capítulos, além de destacar o valioso trabalho de nossa diagramadora Denise Yamada, que ofereceu diversas dicas e recomendações para que a obra tivesse esta beleza visual e permitisse uma maior facilidade de leitura e, consequente, entendimento.

Espero que este livro, dividido em duas partes, possa se tornar uma referência para todos os leitores, estudantes, praticantes e até mesmo os entusiastas da Medicina Chinesa em língua portuguesa, para que possam tê-lo como a base de sua prática, a base para que possam avançar cada vez mais, a base para que possam sempre consultar e manter a visão chinesa de aprofundar os conhecimentos revisando as teorias fundamentais.

Finalizo com o desejo de que esta obra seja apreciada por todos os leitores e que seus conhecimentos possam tocar na prática de cada um.

Dr. Reginaldo de Carvalho Silva Filho
Diretor Geral da Escola Brasileira de Medicina Chinesa . EBRAMEC
Acupunturista e Fisioterapeuta
Acupuncture Doctor pela Universidade de Medicina Chinesa de Shandong;
Membro atual Comitê Executivo da WFCMS (Federação Mundial de Medicina Chinesa);
Editor chefe da Revista Medicina Chinesa Brasil;

Prefácio da Tradutora

Esta obra em português de Philippe Sionneau, um dos melhores autores contemporâneos, chega até nós em uma nova fase de crescimento e amadurecimento da acupuntura. Justamente quando vivenciamos o resgate da Medicina Clássica Chinesa e o surgimento de movimentos, projetos e grupos de estudo envolvidos na afirmação e valorização do Saber tradicional e na exploração de metodologias pedagógicas e de pesquisa em congruência com esta ciência médica milenar[1].

Me lembro do espanto que senti quando descobri que o autor de tantos textos e livros repletos de sabedoria e profundidade era tão jovem. Talvez seja por isso ele traga leveza à densa literatura da medicina chinesa, tornando acessível a complicada simbologia dos textos chineses. Em alguns momentos, as citações dos clássicos aparecem como frases soltas ou repetitivas, mas, com o andamento da leitura, fica evidente a posição do autor: manter-se fiel à fonte, ou seja, aos mestres. E, pouco a pouco, ele vai nos conduzindo numa descoberta fantástica da metáfora para a aplicabilidade clínica.

Inúmeros são os trechos em que, finalmente, se compreende a fundo conceitos e associações da fisiologia segundo a Medicina Chinesa que até hoje foram apresentados quase sempre de forma superficial e, às vezes, confusa. O próprio autor, em entrevista recente, comenta que "para vivenciar e aprender os fundamentos desse Saber médico se faz necessária uma incursão profunda pela cultura chinesa e pelo seu modo peculiar de pensar o dinamismo dos processos orgânicos".

Traduzir uma obra não é apenas uma questão de vocabulário, mas antes de tudo traduzir a forma de pensar, de expressar uma idéia, um conceito. Neste trabalho, procurei respeitar ao máximo a intenção do autor, mantendo também as grafias dos termos em pin yin (jīng, yáng, yīn, biǎo/lǐ, por exemplo), mas sem perder de vista o leitor de língua portuguesa.

Para mim é uma honra fazer parte deste projeto. Que seja o começo de muitos outros livros em português. Sua obra é extensa e nós merecemos a chance de desfrutá-la.

Silvia Ferreira
Acupunturista , Educadora Física e
Professora de Medicina Tradicional Chinesa

1. No Brasil, o movimento ENAPEA, o Projeto Acupuntura Independente e o Grupo de estudos Racionalidades Médicas, entre outros, se preocupam em aprofundar as discussões tanto filosóficas quanto políticas buscando defender a identidade deste Saber médico.

Introdução

"Saber que se sabe quando se sabe e saber que não se sabe quando não se sabe, é o verdadeiro conhecimento".

(Palavras atribuídas à Confúcio).

Minha dolorosa experiência como estudante

Eu iniciei meus estudos de medicina chinesa na França com um professor que se dizia detentor de diploma de uma universidade chinesa. Quando, por intuição, eu deixei este curso para ir à China, estudar na fonte, qual não foi a minha surpresa! Rapidamente eu me dei conta que o que eu tinha aprendido era uma complexa mistura de informações corretas com informações errôneas, até mesmo falsas e que o que eu tinha recebido era superficial, incompleto e, algumas vezes, incorreto. E, no entanto, que carisma, que arte do discurso tinha este homem cheio de títulos pomposos! Este professor francês tinha, a meu ver, o mesmo defeito que muitos livros possuem: coisa bonitas misturadas com erros de interpretação ou até mesmo invenções pessoais. Eu fui vítima involuntária de amadorismo que ainda reina, muito frequentemente, em nosso meio, o da medicina chinesa. Assim, os primeiros meses passados na faculdade chinesa foram dedicados, em grande parte, a desaprender o que tinham me ensinado na França, para poder recomeçar em bases corretas.

Se quisermos mudar este tipo de coisa, devemos nos esforçar para ter uma atitude correta. Ou seja, os estudantes devem tomar consciência que o conhecimento da medicina chinesa precisa de tanto esforço e trabalho quanto o aprendizado da medicina ocidental. Eles devem ser exigentes consigo mesmos e com seus professores. Por outro lado, é necessário que os professores tenham todos um alto nível de conhecimento, absorvido direto da principal fonte: a China. É imperativo hoje em dia substituir o espírito amadorístico por um verdadeiro profissionalismo e se comportar com a maior seriedade na aprendizagem desta medicina.

O princípio desta obra

O princípio desta obra é simples : "antes de pensar em deformar ou reinventar um sistema médico que existe há milhares de anos, é necessário estudar pacientemente e com humildade, se baseando nas fontes mais confiáveis.".

Quais são as fontes confiáveis ? Elas tem, na minha opinião, duas origens que estão intimamente ligadas. Primeiro, devem ser chinesas. A medicina chinesa sendo “chinesa” por essência, é evidente que os experts chineses são, até o momento, os melhores para definir este sistema médico. Em seguida, os clássicos, que são os grandes textos canônicos que ao longo de toda a história elaboraram o arcabouço teórico e clínico desta medicina. A tradição é transmitida de geração em geração através destes grandes textos.

Este livro é fundamentado sobre fontes 100% chinesas (textos contemporâneos e antigos) e faz o tempo todo referência aos clássicos, garantia absoluta do saber dos antigos.

Logicamente a medicina chinesa não é “uma” mas múltipla. A medicina da elite confuciana, até mesmo “taoisante”, é provavelmente diferente daquela dos médicos itinerantes ou mesmo daquela de algumas linhagens familiares. Mas nós não temos acesso à duas últimas. A única que permanece acessível é a medicina dos clássicos, ou seja, a da elite, aquela que foi definitivamente imposta há 2000 anos na China e que permanece muito ativa hoje em dia. Nós devemos, então, estar conscientes que a presente obra só representa uma parte deste sistema médico. De qualquer forma, ela permanece ligada à tradição chinesa através dos textos antigos fundamentais.

Este e o próximo livro[1] representam milhares de horas de trabalho, anos de pesquisa, de estudos, de reflexões, muito suor e energia. Apesar da minha boa vontade, da minha dedicação e do estudo permanente, é possível que este livro apresente erros, más interpretações ou traduções inadaptadas. Isto faz parte da própria natureza deste tipo de trabalho baseado no pensamento e nas obras clássicas chinesas.

Eu confesso que a tradução de textos antigos é extremamente difícil e apresenta uma grande número de armadilhas. Portanto, é possível que eu tenha me enganado em algumas citações. Se for o caso, eu espero que os outros pesquisadores me deem a honra de me comunicar sobre suas versões. Se houver inexatidões aqui, elas ocorreram dentro da maior sinceridade. Em nenhum momento eu tentei mudar os textos por minha conta, para justificar meu ponto de vista.

Ao contrário, eu tentei me manter na corrente “ortodoxa” da medicina chinesa, evitando transformar seus conceitos a partir de ideias pessoais. Quando eu coloco o meu ponto de vista, eu o faço de maneira bastante clara para deixar ao leitor a escolha de aceitar ou rejeitar a minha ideia. Eu baseio esta síntese naquilo que atualmente há de melhor na literatura chinesa. Eu me inspirei em várias centenas de obras e artigos chineses. Eu me apoiei em pesquisas em numerosos clássicos médicos, assim como em textos taoístas antigos.

Eu amo a medicina chinesa e acredito em seu futuro no Ocidente, mas tudo está por fazer, apesar das aparências. No mundo tão mercantilista como o nosso, se não cuidarmos desta nossa joia preciosa, ela

1. Este volume será complementado por pelo menos mais um. O volume 2 apresentará a teoria dos zàng fŭ.

poderá perder sua autenticidade e, sobretudo, sua eficiência. E para evitar isto, nossa profissão deve tomá-la nas mãos e mostrar a beleza deste tesouro mostrando o que ele é capaz de fazer, com coerência, coesão, de forma ortodoxa e no caminho de referência : a cultura chinesa. E neste ponto, a língua chinesa tem um lugar importante. Em chinês, a palavra é uma porta que se abre para um mundo de significados ou descreve um universo inteiro, enquanto que nas línguas ocidentais a palavra são caixas nas quais prendemos um significado. Até mesmo para a medicina chinesa, a língua, os textos canônicos tem um papel inevitável na transmissão dos saberes.



Transmissão da medicina chinesa através dos clássicos Zhēn Jiŭ Dà Quán 针灸大全
(Compêndio completo de acupuntura e moxabustão)
De Xú Fèng 徐凤, *dinastia Song, 1439*

Mestre Xú Fèng ensinando acupuntura à dois jovens discípulos, as agulhas na mão direita, o livro na mão esquerda, simbolizando o equilíbrio entre a teoria e a prática.

Por que se interessar pelos clássicos?

É impossível compreender e aplicar a medicina chinesa sem o estudo dos clássicos. Estas obras, que são a fonte do sistema médico chinês, foram escritas por grandes mestres. Antes de transformar a medicina chinesa ou, eventualmente, fazê-la evoluir, é obrigatório estudá-la tal como ela é apresentada no seio de sua própria cultura, de sua própria tradição. Estudar a medicina chinesa é antes de tudo estudar a mensagem dos clássicos médicos. Não há outro caminho a não ser este. Eu não conheço nenhum grande praticante (incluindo no Ocidente) que tenha optado por ignorar o estudo destes textos fundamentais.

Não é proibido dar seu ponto de vista, sua experiência, seus métodos, mas, neste caso, é essencial assinalar muito claramente que a informação que estamos dando é estritamente pessoal e só diz respeito ao seu autor. Muitas pessoas atualmente falam em nome da "Tradição" sem ter nenhum vínculo com a mesma. Pior, alguns autores famosos misturam informações perfeitamente válidas com interpretações pessoais sem alertar o leitor novato. É desta forma que, por várias gerações, o sentido dos clássicos tem sido deformado e deturpado. É hora de nossa profissão despertar para a ideia de que não se pode dizer o que vier à cabeça só porque se é professor ou autor de livro. Nós devemos nos manter humildes e continuar a progredir, pois estamos apenas no início da aventura. O futuro da medicina chinesa no Ocidente depende disso.

É hora da nossa profissão passar à uma nova etapa. É preciso parar de dizer que a medicina chinesa é de uma extrema profundidade e sutileza. É necessário começar a demonstrá-la e vivê-la. Uma vez que se diz que esta medicina é tradicional, é preciso saber o que isto implica e, consequentemente, adaptar nossa atitude. Um saber tradicional é um conjunto de ritos, regras, princípios estabelecidos por sábios, estudiosos, no passado e comprovados por um longo período. Ele serve de referência absoluta à todas as aplicações presentes ou futuras. É a razão pela qual devemos nos voltar aos antigos, os clássicos da medicina chinesa para estudar mais profundamente. É preciso parar de reinventá-la, de deformá-la, de simplificá-la e de machucá-la.

Tenho consciência de que algumas teorias apresentadas neste livro, à luz dos clássicos, irão perturbar a zona de conforto proporcionada por algumas instituições e escolas de medicina chinesa. Eu peço desculpas por isso, não é de propósito. Meu objetivo é servir à nossa profissão, ajudá-la a progredir num caminho mais ortodoxo em benefício dos futuros praticantes e daquelas pessoas que sofrem. O fato é que estas teorias, trazidas da fonte, permitirão à maioria, acredito que especialmente aos estudantes, se aproximar das realidades teóricas da medicina chinesa e, assim, progredir em sua prática clínica.

Tradução dos textos antigos : escolhas indispensáveis

Para maior transparência na tradução dos clássicos, eu coloquei entre colchetes [abc] o texto que não existe no original em chinês, mas que pode-se acrescentar ao texto em francês para torná-lo mais fácil de ler, sem trair o sentido inicial. Todos os sinólogos, assim como os tradutores são obrigados a fazer adaptações, eu as tornei visíveis aso leitores.

As palavras entre parênteses e em itálico (*abc*), não existem no texto chinês mas são úteis de serem lembradas para fins pedagógicos, de forma a evitar confusões ou ambiguidades, por exemplo a romanização pīn yīn de algumas palavras técnicas.

Entre colchetes e em itálico [*abc*], eu acrescentei palavras que não estão no texto original e que pertencem à minha própria interpretação. Isto indica que não se trata de uma simples tradução, mas uma interpretação pessoal. Assim, rapidamente pode-se ver o que pertence ao texto original e o que é adaptação.

É importante saber que, frente à dificuldade de traduzir os clássicos, dos quais alguns têm dois mil anos, em um chinês que nem sempre tem o mesmo sentido de hoje em dia, eu optei por uma tradução literal. Isto permite manter-se o mais próximo do documento original e eliminar ao máximo os riscos de erros de interpretação. Disso resulta, frequentemente, um texto pouco ortodoxo quanto ao estilo, que às vezes até maltrata a língua francesa, mas que se aproxima do original. Meu objetivo não é fazer literatura, mas evitar ao máximo trair a fonte.

Minhas escolhas de tradução são essencialmente baseadas no Dicionário Ricci dos caracteres chineses (Instituts Ricci & Desclée de Brouwer), que é uma referência incontestável entre os melhores especialistas e também o Cí Yuán 辞源 (*A origem das palavras*) das edições Shāng Wù Yìn Shū Guǎn 商务印书馆 (Pequim, 1991), dicionário chinês sobre a origem dos ideogramas. Estas duas obras me permitiram fazer escolhas melhores. Apesar de tudo, em algumas situações, para fins pedagógicos, eu escolhi fazer algumas "adaptações".

Por exemplo, não é muito razoável traduzir bāo 胞 por útero pois os antigos diziam que os homens o possuem também. A partir da descrição dos textos, eu propus "envelope procriador" uma vez que bāo 胞 refere-se a um envelope e que, para o ser humano, é ligado às funções reprodutoras. Em geral, quando uma tradução é na realidade uma adaptação, eu justifico minha escolha. Por exemplo, o caractére shū 疏, um dos termos utilizados para falar de uma função do fígado que eu traduzo por "livre circulação", significa na verdade "fazer escoar, abrir uma passagem, eliminar, dispersar, dragar um curso d´água". A ideia é limpar um curso d´água a fim de que ele escoe normalmente, sem obstáculo. A tradução usual de drenagem me parecia infeliz. Pois no contexto francophone e na naturopatia, o fígado é entendido como sendo um filtro que devemos regularmente drenar, lavar para estar em boa saúde. Sendo a visão "chinesa" do fígado muito longe deste conceito de origem Indo-grega, me pareceu perigoso pedagogicamente utilizar o termo "drenar" que tem uma conotação excessivamente voltada para o nosso conceito. A expressão "livre circulação" é, por outro lado, mais próxima da ideia chinesa original.

Quando algumas citações eram difíceis demais para traduzir, muitas vezes por causa de um chinês antigo e difícil de entender, eu optei simplesmente por eliminá-la, mais do que correr o risco de fornecer uma informação falsa. Para algumas citações fundamentais eu pedi, algumas vezes, a minha amiga Elisabeth Rochat que verificasse a tradução. Isto nos possibilitou algumas reuniões que foram de pura felicidade.

Algumas outras traduções me foram inspiradas por meu camarada Dan Bensky e outras pela terminologia proposta por Nigel Wiseman e Feng Ye em "Dicionário prático de medicina chinesa" (Paradigm Publications).

Quando as traduções de alguns termos eram insatisfatórias, eu optei pela romanização pīn yīn. Por exemplo, qì, jīng, chōng mài, rèn mài, daì maì, yīn, yáng, são termos difíceis, às vezes impossíveis, de se traduzir corretamente.

Todos os termos chineses foram transcritos em pīn yīn que é a romanização oficial do chinês. Cada caractere é acompanhado de seu acento tonal.

Glossários de chinês médico

Como eu expliquei anteriormente, a língua chinesa é importante na transmissão do saber e da experiência dos Antigos. É por isso que eu apresento no final de cada capítulo um glossário de chinês médico com o pīn yīn e a tradução. Eles permitirão tanto ao estudante quanto ao pesquisador aprofundar os laços entre eles e o idioma desta medicina.

Os glossários não tem a pretensão de serem exaustivos e seus conteúdos foram influenciados por escolhas subjetivas. No entanto, eles constituem, do meu ponto de vista, o vocabulário estritamente mínimo que qualquer estudante de medicina chinesa deve dominar. Lembremos que a medicina chinesa é antes de tudo uma tradição escrita e que muitas sutilezas inerentes à língua chinesa são extremamente difíceis de serem transmitidas em uma língua Indo-europeia. É por isso que eu encorajo fortemente os estudantes à aprenderem a língua chinesa, a fim de terem uma vínculo direto com a fonte. Se isto for feito, muito rapidamente desaparecerá um certo número de impostores que poluem nossa profissão e que a trapalham seu desenvolvimento harmonioso.

Todos os glossários foram feitos com meu amigo Michel Jean. No momento em que eu escrevo esta introdução, nossa síntese passa das 12.000 expressões médicas. Nós ofereceremos esta enorme referência através de um site na internet. É uma grande sorte trabalhar ao lado de Michel, verdadeiro amante da língua médica chinesa. Foi ele que há cinco anos veio me sugerir criar uma terminologia padrão como fez Nigel Wiseman em inglês

Com certeza haverá dissonâncias entre a terminologia de "A Essência da Medicina Chinesa" e aquela de meus colegas ou até mesmo de meus livros anteriores. Eu lamento, mas é necessário entender que nossa profissão está engatinhando e nenhum padrão terminológico foi ainda fixado. Isto aliado ao fato que o chinês é muito complexo de ser traduzido, pode dar a impressão de uma falta de coerência. Para tentar ultrapassar este problema, e na total ausência de propostas, Michel Jean e eu resolvemos colocar a primeira pedra do edifício através destes léxicos. Nós esperamos que eles inspirem outros pesquisadores para melhorarmos esta terminologia padrão.

Nenhuma profissão existe sem possuir uma terminologia própria e **comum** a todos os seus membros. Ora, atualmente cada autor, cada professor, e eles são numerosos, tem sua própria maneira de exprimir a medicina chinesa. Isto não é mais tolerável se queremos criar uma profissão autêntica. Que pensaríamos nós se num centro cirúrgico, deitados na maca, escutássemos o cirurgião falar uma língua, seu assistente outra, os enfermeiros outra diferente? O que acontece atualmente em nosso meio é ainda mais preocupante. É preciso evoluirmos desta situação.

Tenho a dizer que a escolha das traduções é baseada no sentido chinês dos termos, nos seus significados específicos em medicina chinesa e na pesquisa de um termo em francês que seja mais próximo possível da ideia chinesa. Nós não optamos por uma linguagem que se distanciasse daquela dos diferentes autores e escolas de língua francesa para mostrar nossa diferença. Fomos motivados apenas pela pesquisa do significado correto, da tradução correta que respeita a língua chinesa.

Nós não hesitamos a desaparecer com algumas bizarrices tais como "mestre do coração" para xīn bāo 心包, "cinco elementos" para wǔ xíng 五行, "energia ancestral» para zōng qì 宗气, meridiano para jīng mài 经脉 por exemplo, que além de serem traduções às vezes, distantes do sentido literário chinês, estão também longe do conceito mais profundo.

Um arrependimento e suas compensações

Ao terminar este livro, eu só me arrependo de uma coisa: não ter dado mais explicações sobre os locais onde se encontram todas as citações que utilizei para fundamentar meus argumentos (capítulo, parágrafo...). Eu lamento o fato de não ter dado sistematicamente as citações em chinês para que os estudiosos pudessem verificar a validade das traduções. Eu comecei este livro há 12 anos, numa época em que integrar o chinês num livro era muito complicado em termos de informática. Além disso, eu devo confessar que só após quatro anos de trabalho é que eu tomei consciência a que ponto os clássicos eram essenciais para estudar os autênticos fundamentos da medicina chinesa. Para compensar tudo isso, eu me esforcei para colocar o máximo de expressões em chinês, de colocar os tons sobre as palavras em pīn yīn, de propor um léxico chinês/pīn yīn/francês para cada capítulo.

Por outro lado, todos os textos citados e os principais autores da medicina chinesa são apresentados no "Glossário dos textos de referência & seus autores". Nunca, até onde eu sei, um glossário assim foi apresentado.

É muito importante poder colocar-se na época e na corrente médica de onde provém as citações. Eu aconselho fortemente aos estudantes não negligenciarem esta parte do livro pois ela é uma ponte a mais com a tradição médica chinesa. Ter um mínimo de conhecimento sobre as principais correntes médicas e suas teorias é indispensável para estar consciente daquilo que se faz e porque se faz. Conhecer as fontes de seu saber é o que caracteriza uma tradição. Cortada de suas raízes, nenhuma tradição tem força.

Durante todo o texto, os clássicos citados são apresentados em pīn yīn com sua tradução para o francês. Existem duas exceções. Para deixar o texto mais leve, eu optei para Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn[2] e Huáng Dì Nèi Jīng Líng Shū[3] , não colocar o nome em francês pois eles aparecem muito frequentemente no texto e porque eles são conhecidos por todos (ou deveriam ser). No entanto, eles foram apresentados no glossário dos textos de referência & seus autores.

O comunismo chinês matou a verdadeira medicina chinesa[4]



Esta é uma ideia que sai frequentemente da boca daqueles que geralmente não têm um alto nível de conhecimento nesta área. Não me lembro de ter ouvido Dan Bensky, Nigel Wiseman, Craig Mitchell ou mesmo Bob Flaws dizerem tamanho disparate.

Certamente que a medicina ocidental e mais exatamente o modelo cultural ocidental e, em particular, o americano influenciaram a organização da medicina chinesa, na China. É evidente que ela não é mais a mesma daquela da Antiguidade, que já era diferente daquela praticada na era Tang, Song, Ming ou mesmo Qing. Cada época possui seu estilo. Cada época influencia suas artes, sua ciência, suas modas, suas tendências sociais e sua medicina. No entanto, na base, a essência da medicina chinesa manteve-se a mesma, apoiada sobre os mesmos grandes princípios promulgados principalmente pelo Nei Jing (Clássico de Medicina Interna), Nan Jing (Clássico das Dificuldades), Zhen Ji Yi Jing (Clássico do ABC da acupuntura e moxibustão), Shen Nong Ben Cao o Jing (Matéria Médica de Shen Nong) e Shang Han Lun (Tratado das lesões pelo Frio)[5] . E isto é verdade até hoje em dia.

Mesmo se uma corrente na China mistura medicina oriental e ocidental, existe outra que utiliza exclusivamente a metodologia e a matriz de pensamento do sistema médico tradicional. É evidente que o modelo cultural americano e europeu modificou a maneira como é transmitido o ensinamento no País do Meio. Mas é preciso chamar a atenção para que, apesar destas evoluções modernas, a pertinência, a virtuosidade, a experiência das correntes familiares, individuais e ancestrais são constantemente reverenciadas. Apesar de algumas transformações contemporâneas, persiste uma corrente tradicional muito forte que, ao invés de ser negada, é valorizada.

2. Questões simples do clássico interno do Imperador Amarelo.
3. Eixo espiritual do clássico interno do Imperador Amarelo.
4. Não sendo um historiador, eu me baseei nos trabalhos de Zhang Yan Hua (Relato etnográfico da China comtemporânea), de Elisabeth Hsu (The Transmission of Chinese Medicine), de Kim Taylor (Medicine of Revolution: Chinese medicine in Early Communist China 1945-63 et TCM: The Construction of Tradition), de Volker Scheid (Chinese Medicine in Contemporary China: Plurality and Synthesis et TCM: The Construction of Tradition).
5. É verdade que existem outros grandes textos dignos de nota que contribuíram na elaboração deste sistema médico, como por ex: Sun Si Miao, Liú Wán Sù, Li Dong Yuán, Zhang Jiè Bin, Yè Tian Shì e muitos outros, mas estas cinco obras parecem ter lançado as bases do que é a Medicina Chinesa.

Para todos aqueles que caluniam o estilo da "China Pop", gostaria de lembrar uma verdade: O Maoísmo não enfraqueceu a medicina chinesa, ele a salvou. Para compreender isto devemos fazer uma breve recapitulação histórica. Antes da chegada da medicina ocidental na China no final do século 19, a medicina era simplesmente nomeada "Yi" (医/醫). Naquela época e bem antes, ela coexistia com outros sistemas de cura: xamanismo e práticas médicas religiosas (wu巫 ou zhù祝). As fronteiras entre estas diferentes abordagens não eram sempre claras. Houve uma influência mútua entre estas maneiras de abordar as terapias.



Talismã médico
Tirado de Jiàng Xuě Yuán Gǔ Fāng Xuǎn Zhù
绛雪园古方选注
(Seleções explicadas das antigas fórmulas do jardim de neve escarlate)
De Wáng Zǐ Jiē 王子接*, dinastia Qing, 1732*

Talismã utilizado pelo médico para protegê-lo dos qì epidêmicos enquanto examinava um paciente doente..

No entanto, é historicamente comprovado que na época das Primaveras e Outonos (770-476 AC), a medicina "Yi" (医) tornou-se uma área profissional diferente das correntes espiritualistas e xamânicas. Tornou-se oficialmente a medicina dos Imperadores e dos Estados, embora os outros sistemas de cura ainda se mantivessem ativos. Como entre nós, a hegemonia da medicina científica não fez desaparecer os curandeiros e outros práticos. Portanto, se quisermos respeitar a história e sermos abertos, a medicina chinesa tem na realidade um pouco menos de 3000 anos, ainda que ela tenha sido elaborada a partir de práticas mais antigas. Ainda assim, considerar 3000 anos já é bem generoso, porque nós sabemos que a bíblia da medicina chinesa, o Nei Jing (Clássico de Medicina Interna), foi terminado, revisado e estruturado sob a Dinastia Han (206 a.c. – 220 d.c.). É nesta mesma época que os cinco movimentos, tal como nós os conhecemos hoje, foram amadurecidos e claramente associados às teorias do Yin e Yang, que constituem a matriz fundamental, a língua base da medicina chinesa. Esta evolução é refletida nas últimas revisões do Nei Jing (Clássico de Medicina Interna). E finalmente, neste mesmo momento, o colossal Zhang Zhòng Jing compõe o Shang Hán Bing Lùn 伤寒杂病论 (Tratado das lesões pelo frio e das doenças diversas). Em outras palavras, o sistema médico chinês perfeitamente organizado e "finalizado" não tem mais que 2000 anos de existência.

A medicina "Yi" (医/醫) veio da escola de pensamento "Huang Lao 黄老" aquela do Yi Jing (Clássico das Mutações), com o desenvolvimento de teorias fundamentais tais como Yin Yang, cinco movimentos e Qi. Busca uma racionalidade, explicando as doenças e a cura como processos naturais, abandonando toda a ideia sobrenatural, mágica ou religiosa. É um pouco da medicina "científica" da época! É esta corrente ancestral daquela que chamamos Medicina Tradicional Chinesa, mas que deveríamos simplesmente chamar Medicina Chinesa: "Zhong Yi" (中医/中醫) zhong 中 significando China ou chinês, yi 医 significando medicina.

Com o advento em 1949 da República Popular da China, ocorreu um efeito convulsionante na profissão tanto em nível de ensino como da prática. Para melhor compreender esta mudança, é preciso relembrar o que se passava antes deste momento crucial. Segundo os historiadores, um pouco antes deste período, a medicina chinesa estava morrendo. Os nacionalistas e os republicanos após 1912 tentaram fazê-la desaparecer através da lei. Na verdade, o objetivo era eliminar os símbolos ligados ao antigo regime Imperial para substituir por uma abordagem científica e ocidental. A medicina chinesa deveria, então, ser substituída pela medicina moderna. Este foi um período difícil e complicado para a medicina "Yi" (医)



Até então, a medicina era ensinada principalmente de mestres para seus discípulos, frequentemente nas linhagens familiares e era muitas vezes praticada na casa do médico ou do farmacêutico. Tudo era particular, familiar. No início do século 20 (portanto bem antes das República Popular da China) viu-se nascer as primeiras universidades, os primeiros hospitais de medicina "Yi" (医). Mas, como os governantes não apoiavam esta tendência e até mesmo se opunham à ela, seu desenvolvimento foi fraco e localizado. Apenas sob a impulsão da República Popular da China que, em meados dos anos 50, foram desenvolvidas as academias e os hospitais unicamente dedicados ao que chamaríamos MTC: "zhong yi" (中医). A primeira instituição foi criada pelo Ministério da Saúde em 19 de dezembro de 1955. Após esta data, o desenvolvimento do sistema médico universitário eclode em toda a China, em todas as províncias. É Zhou En Lai (周恩来) quem determinou a criação dos quatro primeiros institutos de medicina chinesa em 1956, em Beijing, Shanghai, Guangdong e Chengdu. Em 1960 o número de colégios subiu para 19. No programa destas escolas, os conhecimentos de medicina chinesa dominavam largamente sobre aqueles da biomedicina numa proporção de 7 para 3.

Os médicos foram convidados a abandonar seus consultórios particulares para trabalhar nas instituições governamentais. A demanda por atendimentos era grande e os acupunturistas e outros praticantes deviam se colocar a serviço da coletividade. Tudo ou quase tudo devia acontecer dentro desta nova estrutura de Estado. É também neste momento que, para cada grande especialidade: medicina interna, medicina externa, ginecologia, pediatria, oftalmologia, otorrinolaringologia, massagem, acupuntura, etc., se pediu aos mais famosos especialistas que propusessem um programa oficial, a fim de tornar homogêneo o ensino, indispensável para uma organização universitária. Esta reorganização do ensino e da prática desta arte mudou um pouco sua aparência, mas não sua essência. É possível que, momentaneamente, isto tenha reduzido a extensão do seu saber, da sua experiência, de suas técnicas. Mas com a re-dinamização da iniciativa privada, um novo "boom" está acontecendo. Eu tenho a íntima convicção que a medicina chinesa sairá vitoriosa desta fase graças ao enorme esforço de pesquisa tanto no plano teórico quanto prático.

Será por esta razão que eu dizia que o comunismo salvou a medicina chinesa? Não, esta é apenas a descrição do bônus! Porque o verdadeiro benefício desta época se aplica sobre algo mais importante.

A medicina do País do Meio foi incontestada até a primeira década do século 20. Houve apenas alguns poucos e isolados contatos com a medicina ocidental e esta última era vista com desconfiança. Até esta época, a medicina não era chamada "chinesa" e era relativamente heterogênea, constituída de numerosas correntes de pensamentos e de práticas.

Sob a influencia do "semi-colonialismo" ocidental, os Republicanos derrubaram o sistema Imperial e tomaram o poder. Eles acharam que a medicina antiga, aliada do sistema Imperial era incompatível com a elaboração de um país novo baseado no conhecimento moderno e científico ocidental. A medicina chinesa foi então atacada com severidade.

Por exemplo, em 1914, Wang Dà Xiè (汪大燮), o ministro da educação do Governo Republicano declarou: "(O governo) determinou a eliminação da medicina chinesa e o impedimento da utilização de substâncias medicinais chinesas" ("余决意今后废去中医，不用中药"). Outro exemplo, em 1929 durante o primeiro congresso do Comitê Central de Saúde Pública do Guomindang à Nan Jing, um grupo de responsáveis liderados por Yú Yún Xiù (余云岫) propôs "a abolição da medicina de estilo antigo a fim de eliminar os obstáculos da medicina e saúde pública". Até mesmo numerosos intelectuais do Partido Comunista condenaram a medicina chinesa nos anos 20 e 30. Ela estava, então, sendo chamada desdenhosamente de "a velha medicina" (jiù Yi 旧医)" em oposição à nova medicina (xin yi 新医) vinda do Ocidente.



Yú Yún Xiù
余云岫
(1879~1954)

Yú Yún Xiù desde 1914 em sua "Revolução em Medicina" diz claramente: " A medicina não deve ser separada em chinesa ou ocidental mas em nova e em velha e retrógada…".

O evento que determinou o interesse dos chineses pela medicina ocidental foi a epidemia de peste pneumônica da Manchúria de 1910-1911. Durante esta grave epidemia de uma doença infecciosa transmissível, chineses formados por ocidentais aconselharam a colocar em quarentena os doentes e a queimar os mortos. Uma vez que estas simples precauções de higiene foram aplicadas, a afecção diminuiu rapidamente. A partir deste momento esta medicina vinda do ocidente foi levada à sério, sua popularidade não parou de crescer e foi uma concorrente cada vez mais temível para o sistema de cuidados em saúde convencionais locais.

Em suma, a época não estava muito favorável para os defensores da medicina "antiga". Por isso, frente ao desenvolvimento dinâmico da medicina ocidental na China, frente a pressão dos governantes e parte da intelectualidade, os grandes nomes da medicina chinesa na época levantaram suas vozes para defender a sua arte.

A primeira consequência, a mais importante aos meus olhos e que sem dúvida é a raiz da organização atual da medicina chinesa na China, foi que as rivalidades entre as diferentes correntes médicas desapareceram em benefício de uma unificação sólida. De fato, desde o advento da Escola das Doenças de Calor sob a Dinastia Qing, numerosos conflitos, discórdias, divisões ocorreram entre os defensores desta escola e aqueles da Shang Hán Lùn (Tratado das Lesões pelo Frio). As tensões entre as diferentes correntes médicas não eram uma novidade. As primeiras remontam às Dinastias Song e Yuan. Mas estas lutas nunca foram tão intensas quanto sob a Dinastia Qing.

Falando apenas da época que nos concerne, do século 19 ao início do século 20, uma guerra sem trégua entre estas duas escolas enfraqueceu o conjunto da profissão. Dizia-se que eram incompatíveis como a água e o fogo. No entanto, frente ao perigo, os praticantes silenciaram suas inúteis divergências para defenderem um bem comum. O conflito deu lugar a uma grande união. As diferenças de interpretação dos clássicos e da maneira de tratar foram consideradas rapidamente inúteis e fúteis frente ao inimigo comum. O maior destaque foi dado às especificidades deste sistema médico em oposição àquele que vinha do estrangeiro. Percebeu-se rapidamente, neste momento, que finalmente as diferentes correntes médicas tinham uma mesma origem e todos trabalharam para criar uma maneira diferente de pensar a medicina chinesa. A luta entre estas diferentes escolas de pensamento desapareceu em benefício de uma unidade.

O segundo efeito deste combate para a sobrevivência da medicina chinesa foi a criação de numerosas associações e organizações nacionais onde os profissionais se reuniram para defender seus interesses, assim como a prática e o ensino de seu sistema médico. Em duas décadas, nos anos 20 e 30, ao menos 70 escolas e 90 organizações profissionais foram criadas. Neste momento, a relação vertical mestre-discípulo evoluiu para uma difusão de saberes mais horizontalizada entre professores e alunos. Os praticantes construíram uma identidade comum. É neste momento que "yi" (医) transforma-se em "zhong yi" (中医). Podemos até dar uma data precisa para esta transformação. Como reação às ameaças dos republicanos que queriam desaparecer com a medicina antiga, pela primeira vez na história, os praticantes reuniram-se em um só grupo no dia 17 de março de 1929, para uma conferência em Shangai. Ao término desta conferência, uma delegação foi enviada à Nan Jing para negociar com o governo, afim de evitar a extinção da medicina chinesa. Ainda hoje, o dia 17 de março é o "Dia da Medicina Nacional" em Taiwan e em Singapura.

Portanto, os comunistas nos anos 50 apenas completaram um movimento anterior à 1949. Oficializaram a identidade específica da medicina chinesa, tornaram-na homogênea, independente da ciência moderna, instituíram a Medicina do Estado, desenvolvendo seu ensino, sua prática hospitalar, sua pesquisa.

Ao mesmo tempo, no mundo todo, as medicinas tradicionais se enfraqueciam ou desapareciam. Na Índia, por exemplo, a Ayurveda foi rebaixada ao status de medicina complementar auxiliar. Na China, mesmo que a medicina tradicional não tenha recebido o mesmo suporte financeiro que a medicina ocidental, ela nunca foi considerada como paramédica, mas como medicina integral e até mesmo reconhecida como mais eficaz para algumas doenças. Seu prestígio foi conservado e constantemente celebrado através da destreza de famosos praticantes. Segundo as estimativas da Organização Mundial de Saúde (OMS) em 2002, a medicina chinesa assume 40% dos cuidados com saúde na China. Segundo fontes governamentais, existe atualmente neste país 77 instituições independentes de medicina chinesa. O número total de cientistas e técnicos engajados nesta área é de mais de dezenas de milhares. Cada província possui institutos de pesquisa, serviços médicos e universidades especializadas em medicina chinesa. Ela é igualmente presente nos estabelecimentos de medicina ocidental, universidades de ensino geral e institutos de pesquisa polivalentes. Estima-se centenas de milhares de consultas cotidianamente.

A única coisa que alguns "puristas" poderiam reclamar dos primeiros dirigentes comunistas, e eu falo de Mao Ze Dong, Zhou En Lai e Liu Shao Qi, é de terem seguido o que certos médicos chineses do fim do século 19 e início do século 20 preconizaram. Na verdade, estes mestres renomados como Zhang Xí Chún 张锡纯 (1860 - 1933) ou Yùn Tie Qiáo 恽铁樵 (1878 – 1935) exaltaram a combinação da medicina chinesa com a ocidental. Yùn Tie Qiáo destacou a capacidade da medicina chinesa de absorver os novos conceitos da medicina ocidental para criar uma "nova medicina chinesa新中医". E bem antes da reforma médica orquestrada pelo novo poder, em meados dos anos 50, a medicina ocidental já tinha sido integrada no currículo dos estudantes desde o início dos anos 30. Por exemplo, o famoso médico Shi Jin Mò 施今墨 incorporou anatomia, fisiologia, bacteriologia, patologia em seu instituto desde 1932.

É evidente que não foram os "comunistas chineses" que modificaram a medicina chinesa, mas a concorrência com a medicina moderna. Algumas maneiras de pensar e de praticar evoluíram com esta influencia contemporânea, mas a "China Pop" não pode ser acusada de ter deformado o sistema médico chinês. Ao contrário, ela o salvou de um desaparecimento anunciado. Mao nunca teve a

intenção de fazer com que a medicina chinesa desaparecesse. Desde o início ele quis integrá-la no sistema de saúde, contrariamente ao que queriam os Republicanos. Em 1954, os praticantes de medicina ocidental passaram a ter inclusive a obrigação de estudar a medicina chinesa[6]. Em 1958, ela foi declarada "tesouro nacional"".

Outra transformação que pode ser imputada à Mao é o fato dele ter afastado o ensino da medicina chinesa das práticas julgadas supersticiosas. Entre eles, principalmente os métodos que pertenciam à medicina xamânica ou religiosa que se mantinham com a corrente mais convencional da medicina chinesa, aquela do Nèi Jing (Clássico de Medicina Interna) e Shang Hán Lun (Tratado das Lesões pelo Frio). Isto implicou não no desaparecimento, mas na atenuação da utilização de múltiplas técnicas como talismãs, encantamentos, rituais mágicos, o Yi Jing (Clássico das Mutações) médico e certas noções como os espíritos demoníacos (gui 鬼) e espíritos (shén 神). Tudo isto não condizia com uma estrutura universitária e foi deixado de lado. Estas práticas continuam, no entanto, a serem discretamente empregadas por toda a China e por toda a Ásia.

Muito franceses que afirmam que a China moderna tem mal tratado sua tradição médica, o fazem a partir de uma visão fantasiosa da China antiga. Normalmente estas pessoas não tem nenhum conhecimento da história real da medicina chinesa e suas diferentes correntes ideológicas. Não praticam de acordo com os conhecimentos das grandes escolas como Shang Hán Lùn, Doenças Provocadas pelo Calor, Li Dong Yuán, de Zhu Dan Xi ou ainda Zhang Jiè Bin. Eles não conhecem nem suas teorias nem suas abordagens clínicas.

Também a acupuntura praticada por eles não é baseada no ensinamento do primeiro e maior clássico desta especialidade, e aqui eu falo de Zhen Jiu Jia Yi Jing (Clássico do ABC da acupuntura e moxibustão). A grande maioria só pratica a acupuntura, uma acupuntura desviada, que não tem NENHUMA ligação real com uma linhagem ancestral, que é sempre fruto de invenções recentes na França. Sem exceção, eles não leem os chineses, não tem nenhuma ligação direta com a tradição que eles reivindicam e, frequentemente, criticam os médicos chineses e a farmacologia chinesa que eles não conhecem. Eles veiculam um monte de teorias nebulosas que só se encontra na França e que causam espanto no resto do mundo. Por ter sido sempre convidado para dar conferencias em congressos internacionais, eu posso testemunhar que os franceses são frequentemente considerados como suspeitos aos olhos do outros.

Estas pessoas equivocadas, devem saber que apesar das evoluções modernas, mantém-se na China uma corrente muito tradicional utilizando os conceitos e a sabedoria tirados diretamente dos primeiros clássicos originais. Muitos dos grandes experts continuam a manter viva e dinâmica a tradição das grandes correntes de pensamento do sistema médico chinês. Eu expresso o desejo que a jovem geração não se apegue aos truques típicos franceses e tenham certeza de estar estudando a medicina chinesa "chinesa", com referência absoluta aos grandes clássicos que criaram este sistema médico. Comecemos a estudar a medicina chinesa à chinesa e, em seguida, quando a dominarmos de verdade, poderemos, talvez, sugerir algumas contribuições pessoais. Mas antes de transformá-la, sejamos humildes, vamos estudá-la.

O caso específico da acupuntura

É preciso saber que a acupuntura declinou rápida e incessantemente durante as Dinastias Ming e Qing. Grandes mestres como Zhang Jiè Bin 张介宾 (1563-1640) e Xú Dà Chun (1693-1771) 徐大椿 lamentavam que na época deles só se encontravam poucos acupunturistas famosos. Além disso, frente a uma prática pouco rigorosa, a Academia Imperial proibiu em 1822 o ensino e a prática da acupuntura. Os historiadores assinalam que este declínio foi provocado pela aversão das agulhas por parte de muitos pacientes, pelo desenvolvimento de métodos mais suaves como a massagem e sobretudo pela preferência da farmacologia pela elite médica. É por isso que, de todas as grandes especialidades médicas chinesas, a acupuntura é a que parece ter menos status. E é verdade que a acupuntura foi relativamente influenciada pela abordagem didática da farmacologia. Mas não julguemos muito rápido nossos colegas chineses que tratam cotidianamente centenas de milhares de pacientes.



Sessão de Acupuntura praticada na rua em 1934

Deve-se notar que frente ao declínio da acupuntura, alguns acupunturistas nos anos 30 participaram de uma renovação. O mais emblemático deles foi Chéng Dàn An (承淡安). Após uma viagem ao Japão ele abriu o primeiro colégio de acupuntura em 1933. Sua abordagem é completamente baseada nos grandes clássicos, do Zhen Jiu Jia Yi Jing (Clássico do ABC da acupuntura e moxabustão) ao Zhen Jiu Dà Chéng (Compêndio de acupuntura e moxabustão) passando pelos escritos de Sun Si Miao e outros grandes nomes da acupuntura antiga. No entanto, ele sistematiza o ensino, o estrutura de maneira mais moderna, a fim de responder às necessidades da China contemporânea. Até então, é preciso dizer, o ensino desta arte médica era muito familiar, desordenado, horizontal e sobretudo baseado nas aplicações das fórmulas antigas, indicações tradicionais dos clássicos com mais ou menos destreza. Chéng Dàn An iniciou uma primeira forma de padronização, organização que influenciou fortemente as gerações seguintes.



Chéng Dàn Ān
承淡安
(1899~1957)

Pouco a pouco a acupuntura caminhou em direção à padronização da farmacologia, o que não era o caso de Chéng Dàn An, cujo estilo era mais clássico. O maior representante desta corrente que atualmente domina a China é Xiào Shao Qing 肖少卿 de Nan Jing. Sua obra, o Zhong Guó Zhen Jiu Chu Fang Xué 中国 针灸处方学 propõe um grande número de tratamentos de acupuntura cuja classificação está próxima aos livros de medicina interna que utilizam essencialmente a farmacologia. Na mesma linha, Li Shì Zhen 李世珍, excepcional em seu Cháng Yòng Xué Lín Chuáng Fa Hui 常用腧穴临床发挥 (Apresentação detalhada do uso dos pontos de acupuntura na clínica), apresenta as aplicações dos pontos segundo a diferenciação de síndromes utilizada em farmacologia.

Na verdade, o que os responsáveis pelas universidades quiseram fazer foi uma padronização para que a acupuntura pudesse mais facilmente se encaixar nos moldes do ensino universitário. Esta especialidade tem sofrido mais com esta padronização do que com a influência da farmacologia. Embora interessante, esta iniciativa tem enfraquecido, pouco a pouco, a noção de canais e de conexões na prática da acupuntura. Podemos dizer que por um lado, este novo estilo perturbou o estilo antigo, enfraquecendo-o. Por outro lado, oferece uma nova visão, um novo desenvolvimento desta arte. Não foi cortado de suas raízes tradicionais e prova que, após 50 anos, é capaz de tratar centenas de milhares de pessoas todos os dias. É importante novamente frisar que este novo estilo não substitui o antigo, mas a ele se soma.Além disso, praticantes de uma acupuntura mais antiga, baseada nos canais, na palpação dos trajetos dos Jing Luò 经络 e na utilização dos pontos segundo os clássicos são cada vez mais numerosos. O Dr Wáng Ju Yì 王居易 é um exemplo desta recuperação da abordagem antiga. É muito provável que em uma ou duas gerações esta tomará o lugar que merece. Em nenhum momento eu disse que a acupuntura contemporânea não tem validade. Ao contrário, eu acho que é um ferramenta notável, que eu apoio e pratico. Mas eu reconheço que é o domínio que mais evoluiu nestes quatro últimos séculos.



Wáng Jū Yì
王居易

Conclusão

O fato de que, hoje em dia, a medicina chinesa tenha integrado em seus cursos uma parte dos conhecimentos da medicina ocidental é um perigo? Será que esta combinação é um risco de enfraquecimento de seus princípios ancestrais? Da minha parte, eu acho que não. Porque a civilização chinesa sempre teve a capacidade de assimilar os novos pontos de vista e de torná-los compatíveis com seus sistemas de pensamento. Os chineses sempre tiveram uma propensão à expansão do saber, juntando o antigo ao novo.

Entre nós, a ciência moderna tende a substituir o antigo pelo novo. Uma expressão define perfeitamente a atitude chinesa: "continuidade através das mudanças (tong biàn 通变)"

O que eu pude constatar a partir das minhas numerosas viagens à China, é que os chineses conseguiram associar inteligentemente estas duas ciências, inclusive conseguiram manter um lugar importante para uma prática mais tradicional, mais clássica, mais antiga. Portanto, nada é negado ou esquecido no País do Meio, eles simplesmente juntaram um novo desenvolvimento à medicina chinesa.

Contrariamente à tese de alguns sinólogos americanos como Elisabeth Hsu, eu não acredito que a China comunista tenha inventado uma nova medicina chinesa. Ela sem dúvida favoreceu uma síntese particular, como ocorreu em algumas épocas como durante a Dinastia Song. Mas é importante compreender que os elementos desta síntese pertencem à história da medicina chinesa. Mesmo que diversos estilos tenham sido combinados arbitrariamente, nada foi de fato criado naquele momento. Por várias vezes, o poder Imperial tentou influenciar a maneira de organizar este domínio, essencial ao bom funcionamento da sociedade. Como isso poderia ser diferente? Nossas universidades de medicina não são dependentes do estado democrático? É certo que a síntese contemporânea da medicina chinesa nasceu da concorrência da medicina ocidental no início do século 20, de sua luta contra o perigo da erradicação pelos nacionalistas republicanos nesta mesma época e de sua padronização segundo o modelo universitário ocidental pelos comunistas nos anos 50.

O que Mao e seus seguidores trouxeram a mais foi a colaboração com a ciência moderna, com a medicina ocidental. Alguns veem nesta colaboração uma possível desnaturalização do espírito da medicina chinesa. Isto seria verdade se os dois sistemas médicos estivessem combinados de forma permanente e não pudessem se exprimir independentemente. No entanto, numerosos praticantes continuam a exercer uma medicina puramente chinesa, baseada nos grandes clássicos. Vemos mesmo, um grande retorno a este estilo "antigo". Os grandes textos são cada vez mais reeditados, reverenciados, estudados e comentados. Muitos clínicos usam unicamente as dialéticas tradicionais como àquelas da escola do Tratado das Lesões pelo Frio, das escolas de Tonificação da Terra, da Nutrição do Yin, da Tonificação pelo Aquecimento , das Doenças do Calor, etc.

Todas as pessoas que na França criticam a medicina chinesa de hoje em dia são, sem exceção, aqueles que não conseguiram se adaptar aos novos desenvolvimentos na China, assim como à enorme quantidade de novos conhecimentos, principalmente em farmacologia e patologia. Como eles se sentem defasados, denigrem como reflexo de defesa. Isto não seria muito grave se eles não tivessem frequentemente responsabilidades como professores e, assim, poluem a mente dos estudantes. Por sorte, a medicina chinesa é bem mais resistente que eles e sua geração será evacuada pela nova que estuda atualmente na Ásia.

Um convite

Meu objetivo é ajudar o desenvolvimento harmonioso e sobretudo profissional da medicina chinesa no Ocidente. Isto necessita de perseverança, rigor e progresso constante. Assim, com o objetivo de melhorar constantemente as informações que apresento à nossa profissão, eu convido à todos que tiverem sugestões, sobre o conteúdo, a forma ou às traduções, à me sugerirem diretamente. Estou consciente de meus limites e ficaria feliz de progredir graças às suas contribuições.

Agradecimentos

Devo agradecer muito calorosamente à meu amigo e colega Michel Jean que se encarregou das correções ortográficas e do estilo deste livro. Sem sua ajuda, o texto não seria tão agradável de ser lido.

CAPÍTULO 1

SĀN BǍO

OS TRÊS TESOUROS

三宝

"No céu, há três tesouros: o sol, a lua e as estrelas.
Na terra, há três tesouros: a água, o fogo e o vento.
No homem, há três tesouros: o jīng, o qì e o espírito",
(Provérbio popular taoísta).

"No corpo humano há três tesouros, o jīng, o qì e o espírito, que são o fundamento da vida",
(Tiān Xiān Zhèng Lǐ Zhí Lùn Zēng Zhù – Tratado direto sobre os princípios corretos dos imortais celestiais com comentários adicionais)

"O jīng, o qì e o espírito, os três tesouros se fundem em um"
(Lè Yù Táng Yǔ Lù – Coletânea das palavras do palácio do ensinamento feliz)

Jing/Qi/Shen

O pensamento chinês diz que o homem vive entre o céu e a terra. O que isto significa realmente? No céu anterior que corresponde ao universo não manifestado, todas as coisas estão em harmonia. O céu e a terra são puros, estão em perfeito equilíbrio. O céu é um yáng absoluto, a terra é um yīn absoluto. Quando o mundo tangível que nós chamamos de céu posterior aparece, céu e terra são impuros, em desequilíbrio. As modificações de estado fazem com que o céu não seja mais completamente yáng e a terra não seja mais completamente yīn. Para reencontrar a pureza e a harmonia originais, céu e terra realizam trocas. Destas trocas nasce o homem, fruto das transformações e comunicações constantes do qì do céu (yáng) e da terra (yīn). Estas transformações e comunicações incessantes têm como objetivo restabelecer o equilíbrio perfeito do céu anterior. Céu, Terra e Homem constituem um conjunto chamado "as três potências" (sān cái 三才).

Yang – Yin – Transf.

Os três tesouros (sān bǎo 三宝) : espírito, jīng e qì são o reflexo destas três potências no homem.

1- O espírito (shén 神) no homem corresponde ao Céu no universo. São forças dinâmicas e procriadoras, cada uma comandando a organização do mundo que lhe é própria. Eles pertencem ao yáng.

2 - O jīng no homem corresponde à Terra no universo. Eles são as matrizes de onde emanam as manifestações concretas. Pertencem ao yīn.

3 - Entre Céu e Terra, há um intermediário: é o Homem. Entre o espírito e o jīng, há um intermediário: é o qì. Homem e qì são as testemunhas da união do yīn e do yáng em suas respectivas esferas.

No pensamento chinês, todo desenvolvimento, por mais sutil e detalhado que seja, é sempre baseado no yīn yáng. Este princípio constitui a matriz do pensamento fundamental da medicina chinesa. O estudo detalhado dos três tesouros é baseado em diversas extrapolações da teoria do yīn e do yáng. Ela permite alcançar uma melhor compreensão da concepção que só Chineses têm do ser humano, pelo menos na Antiguidade.

A noção dos três tesouros foi desenvolvida pelos antigos como parte da teoria do qì. Trata-se de uma doutrina utilizada, sobretudo na área do yǎng shēng (养生). Este último corresponde a um conjunto de métodos que visam, inicialmente, atingir a imortalidade. Eles originaram um sistema de prevenção e preservação da saúde que tem como objetivo aumentar a longevidade do indivíduo favorecendo seu equilíbrio. A origem do conceito de três tesouros parece ter uma relação com a doutrina da "água e da terra" desenvolvida pela Academia Jì Xià (稷下)[1] na época dos Reinos Combatentes (475-221 a.C.).



Para a tradição chinesa, os três tesouros são os três fatores vitais essenciais que devem ser reunidos para que um ser humano possa vir ao mundo. Para que isto se produza, é necessário:

- Uma consciência organizadora: o espírito.
- Uma estrutura de vida: o jīng.
- Um dinamismo: o qì.



É curioso constatar que a noção dos três tesouros é praticamente ausente nos manuais de medicina chinesa. No entanto, ela é essencial para a compreensão profunda da natureza do ser humano de acordo com o pensamento taoísta. O conhecimento deste conceito me parece fundamental no domínio da medicina chinesa. Contudo, os dados sobre o assunto em língua chinesa são raros, complexos e de difícil acesso. Eles vêm, na maioria dos casos, de textos taoístas muito antigos, nem sempre fáceis de interpretar.

A apresentação que se segue é parcialmente baseada no trabalho de alguns sinólogos franceses, americanos e chineses, assim como em minhas próprias pesquisas.

1.A tradição diz que a academia Jì Xià (稷下) foi criada na época dos Reinos Combatentes (475-221 a.C.) no país de Qì (Qí Guó 齐 国), de onde eram originários Mencius e Confúcio. Os soberanos quiseram criar um centro cultural voltado à pesquisa filosófica, artística e política. Este foi um ponto de encontro de toda a intelectualidade da época. Ele foi o cruzamento de numerosas correntes de pensamento. Mèng Zī (孟子), Shèn Dào (慎到), Xún Zī (荀子) ou Zōu Yǎn (邹衍) teriam pertencido à esta academia. A autenticidade histórica desta academia não é muito clara. É muito provável que não tenha existido como tal, mas descreva um grupo de pensadores e de textos filosóficos que se desenvolveram na Antiguidade, numa mesma região.

Para evitar erros de interpretação, o "Tratado do ensino iluminado da medicina chinesa" (Zhōng Yī Xué Dǎo Lùn 中医学导论) de Hé Yù Mín 何裕民 (Publicação do instituto de medicina chinesa de Xangai, publicado em 1987) serviu de referência crítica à elaboração deste capítulo.

I - O JĪNG



A noção de jīng é provavelmente uma das mais complexas e mais sutis do pensamento chinês. Segundo a tradição, o jīng pertence ao invisível, ao imperceptível. Seria restritivo demais tentar definir este conceito em algumas linhas, pois ele cobre muitos e diferentes níveis de realidade, e alguns ultrapassam a natureza limitada do nosso mental. Alguns dos aspectos mais concretos desta noção serão citados aqui. Na literatura médica chinesa, em língua francesa e dependendo do autor, "jīng" é traduzido como essência, quintessência, princípio vital ou outros termos. Como é comum nestes casos de noções muito sutis, nenhuma destas traduções é satisfatória. É a razão pela qual eu prefiro utilizar a romanização pīn yīn do ideograma chinês jīng. O mais importante é se colocar de acordo com o que este conceito recobre. A expressão jīng qì (精气) é sinônimo de jīng.

1 - Ideia geral

A - Jīng: entre qì e forma (xíng 形)[2]

A noção de jīng já era apresentada no Yì Jīng (Clássico das mutações): "O jīng qì são os seres[3]". Isto significa que o jīng qì é o componente fundamental de todos os seres do universo manifestado. Mas é no Guǎn Zǐ que a noção de jīng é pela primeira vez definida de maneira muito explícita: "O jīng é a parte sutil do qì". Qì e jīng são, substancialmente, a mesma coisa, mas o jīng representa a parte mais refinada do qì. Esta parte sutil do qì gera a vida: "A vida humana [é] o jīng do céu que se escapa, é a forma da terra que se escapa, a união destes dois é o homem". O jīng é, portanto, a forma mais sutil do qì original[4] (yuán qì 元气).

De acordo com o Nèi Jīng (Clássico interno), o termo jīng (精) define também a parte mais sutil da matéria (wù zhí 物质) que permite ao corpo se desenvolver, se manter, se reproduzir e que tem a capacidade de se transformar em qì. Os textos taoístas confirmam que o jīng está na origem do corpo: "O jīng se transforma, então há uma forma (...) o jīng governa o corpo", (Quán Zhēn Jí Xuán Mì Yào – Principais mistérios da coletânea da realidade completa). Assim, de acordo com o contexto, o termo jīng

2. Xíng 形 pode ser traduzido por forma, aparência física e visível. Este termo não significa diretamente corpo ou substância. Xíng se opõe à qì. De acordo com o pensamento ocidental, poderíamos dizer que qì é a energia e xíng a matéria, mas esta é uma visão muito limitada.

3. A frase exata é : jīng qì wéi wù (精气为物). Poderíamos traduzir por : o jīng qì "torna-se ou transforma-se" em seres. Alguns traduzem wù (物) por matéria. Nós não concordamos com esta escolha. Wù, nos clássicos, é mais frequentemente sinônimo de tudo aquilo que existe naturalmente : seres, animais, escolhas e corresponde aos dez mil seres (wàn wù : 万物).

4. Nós falamos do qì original das cosmogonias taoístas não daquele da medicina chinesa. Ver capítulo sobre o qì.

representa a parte mais sutil do qì (o sem forma) ou a matéria (que tem forma). Aqui uma prova explícita de que as noções fundamentais da cultura chinesa podem apresentar significados diferentes em função do contexto em que são utilizadas.

Quando o jīng é considerado como tendo forma, ele é associado à água que é anterior à vida e que gera a vida de acordo com a doutrina da "água e da terra" (shuǐ tǔ shuō 水土说). Em Guǎn Zǐ, está escrito: "O que é a água? É a raiz e a fonte dos dez mil seres, a câmara ancestral de toda a vida", O jīng qì da mulher e do homem se unem, assim a água se transforma em forma". É a partir deste conceito que nasceu a noção de jīng/água que gera toda a vida. "O céu/um[5] gera a água, a água gera os dez mil seres". Ela foi, posteriormente, retomada e desenvolvida por muitos clássicos como o Lǚ Shì Chūn Qiū (Primaveras e Outonos do Mestre Lu), o Nèi Jīng (Clássico interno) e muito outros. A expressão "A água gera os dez mil seres" significa então "O jīng gera os dez mil seres".

Por isso, o jīng pode ser considerado como o material de base da formação do corpo. Ele é a trama da vida, o programa de existência, a matriz de onde provém toda a vida. O jīng é uma reserva de formas e de qì, um campo de possibilidades através das quais a vida pode se exprimir e se desenvolver. O jīng possui um aspecto yīn e um aspecto yáng. O aspecto yīn gera e nutre a forma, o aspecto yáng se transforma e nutre o qì.

B - O jīng, constituinte universal de toda manifestação

Por ser considerado uma substância sutil, entre qì e forma, os pensadores chineses viram no jīng um potencial para gerar energia e matéria. É entendido como constituinte universal de todas as coisas, a matéria-prima das manifestações concretas. "O jīng herdado do céu e da terra torna-se o yīn yáng. O jīng concentrado do yīn e do yáng, torna-se as quatro estações. O jīng dispersado das quatro estações torna-se os dez mil seres", (Huái Nán Zǐ - O mestre de Huai Nan). O jīng é o componente essencial dos fenômenos do céu, da terra e do homem: "O jīng está em todas as coisas, então ele é a vida. Em baixo, gera os cinco grãos; em cima, gera todas as estrelas", (Guǎn Zǐ). De acordo com o Lǚ Shì Chūn Qiū (Primaveras e Outonos do Mestre Lu), o jīng é uma fonte de energia universal e inesgotável: "O jīng preenche o céu e a terra e não pode secar". Na mesma linha de ideias, o Nèi Jīng (Clássico interno) considera o jīng como o elemento essencial que permite ao ser humano se reproduzir e gerar um outro ser. Ele é a substância fundamental da transmissão da vida. Esta ideia também aparece no Lǚ Shì Chūn Qiū (Primaveras e Outonos do Mestre Lu) : "O jīng qì se concentra, necessariamente há [a geração de] um homem".

5. A expressão céu/Um (tiān yī 天一) faz alusão à cosmogonia taoísta. O universo é gerado pela interação entre o céu (yáng) e a terra (yīn). O céu (tiān 天) e a terra (dì 地) geram alternativamente substratos que são a origem dos dez mil seres. Primeiro o céu gera a água, depois a terra o fogo, em seguida o céu gera a madeira, depois a terra o metal, e depois o céu a terra (tǔ 土).

C - O jīng detentor das características essenciais dos fenômenos

Como assinala Lǚ Shì Chūn Qiū (Primaveras e Outonos do mestre Lu), é o jīng que dá suas características essenciais e suas qualidades às coisas e aos seres: "O jīng qì se acumula nas plumas dos pássaros, então eles podem voar; ele se acumula nos animais que andam, então eles podem correr; ele se acumula nas pérolas e no jade, então estes são puros e claros[6]; ele se acumula nas árvores, então elas crescem de maneira exuberante".

O jīng é o suporte e a reserva das qualidades e das características íntimas e específicas de cada ser vivo. É ele que faz uma árvore dar sempre os mesmos frutos, que faz a semente de orquídea produzir outra orquídea e não uma urtiga ou um baobá. É também ele que faz uma rosa ser diferente de outra rosa: uma será bela e carnuda, majestosa, resistente, enquanto a outra pode ser franzina, frágil. "O jīng é o que produz a beleza dos dez mil seres", (Jīn Xiān Zhèng Lùn – Tratado sobre a verificação da imortalidade de ouro). O jīng é, portanto, o programa de um tipo de vida específica e ele define os limites de sua manifestação: uma oliveira possui um tamanho definido, um tipo preciso de folhas e frutos, vive durante um certo número de anos, em condições climáticas específicas... Um cavalo tem um tamanho próprio, uma pelagem, uma fisiologia, aptidões específicas... O jīng é também aquele que diferencia a natureza profunda do ser humano daquela de outros animais. "O qì agitado se transforma em parasitas[7], o jīng qì se transforma em ser humano", (Huái Nán Zǐ). A cultura chinesa considera que o ser humano se origina de um jīng mais puro, mais sutil que aquele dos animais.

jing humano (+) puro que dos animais!



Técnica taoísta para cultivar o jīng original
(yuán jīng 元精)
Extraído do Dáo Yǐn Tú 导引图
(Diagramas do Dao yǐn)
publicado em 1875, dinastia Qing.

6. Na cultura chinesa, quanto mais claras são as pérolas e o jade, mais eles são considerados puros e de boa qualidade.
7. O caractere é chóng (虫), que é um termo genérico para designar insetos, cobras, lagartos, parasitas, vermes, lagartas, moluscos e animais considerados inferiores, em geral. Este termo não é pejorativo neste contexto. Esta imagem tem como objetivo mostrar a a clara diferença que existe entre a matéria prima que compõe os animais "inferiores" e o ser humano, sem julgamento de valor moral nem religioso.

2- Os dois tipos de jīng no ser humano

A- O jīng inato: o jīng do céu anterior (Xiān Tiān Zhī Jīng 先天之精)

Neste contexto, o céu anterior se refere a tudo que vem do período pré-natal, que é ligado ao que herdamos de nossos pais e, através deles, de nossos antepassados. Por extrapolação, poderíamos dizer que tem relação com o inato, com o congênito, com a constituição de base. São os rins que governam o céu anterior. Eles correspondem, então, ao jīng, ao yīn verdadeiro, ao yáng verdadeiro.

O jīng do céu anterior é transmitido à criança por seus pais no momento da concepção. Ele é o vetor de transmissão das características da espécie, assim como das características da linhagem ancestral e dos pais. A qualidade deste jīng, portanto, resulta tanto do capital vital da espécie, quanto àquele dos ancestrais e dos pais do indivíduo. O jīng do céu anterior é constituído do jīng dos pais no momento da concepção, mas também de uma pequena parte do jīng "adquirido" (ver parágrafo seguinte) captado pela mãe e fornecido ao feto ao longo da gestação.

O jīng do céu anterior pode ser considerado como uma quantia em dinheiro que os pais dão ao filho no momento em que este sai de casa para viver sua própria vida e que ele poderá desperdiçar ou fazer render de acordo com seu comportamento e os caprichos da vida. O jīng do céu anterior é limitado em quantidade e não é renovável (exceto por algumas práticas taoístas). Ele constitui nossa reserva mais preciosa. De sua qualidade e quantidade depende nossa saúde, vitalidade e longevidade. O esgotamento desta fonte de vida gera a morte. É a areia de nossa ampulheta interna.

B - O jīng adquirido: o jīng do céu posterior (Hòu Tiān Zhī Jīng 后天之精)

O céu posterior se refere à atividade pós-natal, graças à qual o indivíduo mantém suas atividades fisiológicas. Por extrapolação, poderíamos dizer que o céu posterior tem relação com o adquirido. É o baço e o estômago que governam o céu posterior. Ele representa o qì. "O corpo antes do nascimento é o que chamamos de céu anterior. O corpo após o nascimento é o que chamamos de céu posterior. O qì do céu anterior se encontra nos rins, é a reserva [doação] do pai e da mãe. O qì do céu posterior se encontra no baço, é a transformação da água e dos grãos", (Yī Zōng Jīn Jiàn – O espelho de ouro da tradição médica).

No nascimento, o indivíduo possui uma quantidade limitada e variável de jīng do céu anterior. Este só lhe permitiria viver alguns anos e não lhe daria o poder de se reproduzir. O jīng inato deve ser permanentemente reforçado, estabilizado e mantido pelo constante aporte de jīng do céu posterior que vem diretamente dos alimentos e das bebidas. "[Se] o jīng dos cereais não é produzido, então o jīng dos rins é insuficiente", (Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn Líng Shū Jí Zhù – Anotações sobre as questões simples e do eixo espiritual do clássico interno do Imperador Amarelo), "O jīng das bebidas, dos alimentos, dos cinco grãos ajuda o jīng original[8] (...) o jīng dos cinco grãos, dos cem sabores das bebidas e dos alimentos ajuda o jīng

8. O jīng original (yuán jīng 元精) nada mais é do que um sinônimo de jīng do céu anterior.

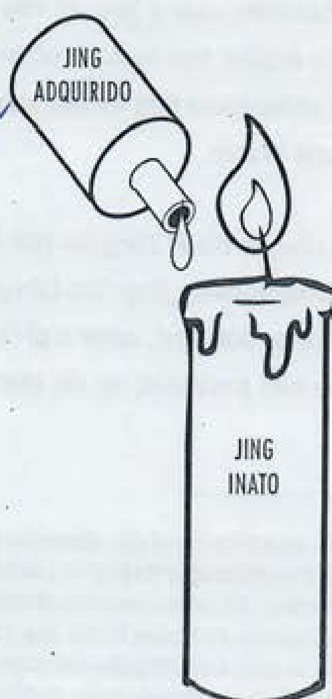
original", (Xìng Mìng Fǎ Jué Míng Zhǐ – Instruções claras sobre os métodos para a natureza inata e da força vital).

Para ilustrar esta ideia, tomemos a seguinte imagem: no nascimento, o indivíduo recebe de seus pais uma vela acesa. Enquanto ela brilha, ela está viva. A cera da vela representa o jīng do céu anterior. A chama representa a transformação permanente do jīng em energia (qì) necessária à manutenção da vida. A duração da vida desta vela está condicionada ao seu tamanho. Para viver bem e por muito tempo, o indivíduo deve extrair de seu ambiente um combustível (o jīng do céu posterior) que ele coloca regularmente na base da chama. Este aporte de combustível permite retardar, até mesmo suspender pontualmente, o consumo da cera da vela.

O jīng do céu posterior vem da assimilação do jīng absorvido pelo indivíduo através dos alimentos e bebidas que representam o qì da terra. O objetivo é assimilar o jīng da água e dos grãos. Água e grãos (shuǐ gǔ 水谷) é uma expressão que se refere ao conjunto dos alimentos líquidos e sólidos. O jīng da água e dos grãos é primeiramente utilizado para nutrir os cinco órgãos zàng e as seis vísceras fǔ" (wǔ zàng liù fǔ zhī jīng 五脏六腑之精). O que não é consumido para o funcionamento dos órgãos, se constitui num excedente armazenado pelos rins, que estocam os dois tipos de jīng.

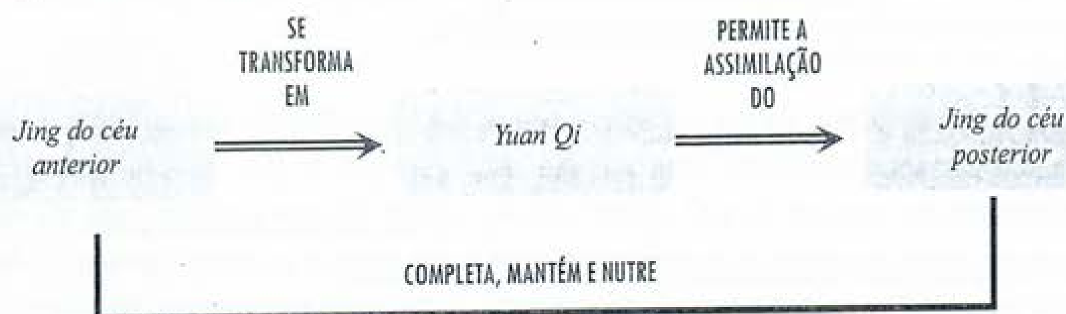
Somente quando o jīng do céu anterior é completado pelo jīng do céu posterior é que ele pode realmente assumir totalmente suas funções. Por exemplo, o jīng do céu anterior só adquire a capacidade de transmitir a vida quando ele foi nutrido durante anos pelo jīng do céu posterior. Só a partir deste momento é que o indivíduo se torna fértil. O primeiro capítulo do Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn exprime claramente que é só a partir dos 14 anos para a menina e 16 anos para o menino que o jīng é suficientemente rico para permitir a sexualidade e a reprodução.

para assumir totalmente suas funções o jing (ant) + o jing (post) devem se completar



C- Interdependência do jīng do céu anterior e do céu posterior

É importante assinalar que a produção do jīng do céu posterior só é possível graças à presença do jīng do céu anterior. Na verdade, este último é a reserva de qì e, em particular, de qì original (yuán qì 元气) que comanda todas as transformações metabólicas. Esta afirmação se baseia no princípio apresentado por Zhāng Jiè Bīn em Lèi Jīng (Clássico das classificações): "A transformação do jīng se torna o qì". Para assimilar e produzir o jīng do céu posterior, é necessário qì e, em especial, o qì original que se origina da transformação do jīng do céu anterior. "O que chamamos de qì original (yuán qì 元气) vem da transformação do jīng", (Lèi Jīng – Clássico das transformações). A seguinte fórmula parece também ser uma justificativa para este princípio: "O qì do céu anterior não se une àquele do céu posterior[9], então o qì do céu anterior não pode crescer; o qì do céu posterior não se une àquele do céu anterior, então o qì do céu posterior não pode ser transformado", (Wài Jīng Wēi Yán – Discurso sutil sobre os clássicos externos). Em outras palavras, o jīng do céu anterior produz qì; este qì ajuda a produzir o jīng do céu posterior para manter o jīng do céu anterior. O jīng do céu anterior é similar à um grão que graças aos elementos reprodutivos trazidos pelo jīng do céu posterior vai se desenvolver e prosperar.



De outra maneira, podemos dizer também que o jīng do céu anterior está na origem da produção do corpo e do conjunto das estruturas e órgãos que tornam possível a assimilação do jīng do céu posterior. Este último é produzido para tornar próspero o jīng do céu anterior, limitar e retardar o consumo do jīng inato cujo esgotamento significa nossa morte.

Concluímos este capítulo com uma citação do Yī Zōng Jīn Jiàn (Espelho de ouro da tradição médica) que explica claramente a origem destes dois tipos de jīng: "Do tiān guǐ (天癸)[10] do céu anterior (*isto é, o jīng do céu anterior*), se diz que ele está entre os dois rins, onde o qì se movimenta, ele é recebido naturalmente do pai e da mãe. Do jīng/sangue do céu posterior, se diz que ele provém da água e dos cereais, onde permanece a transformação...".

---

9. É necessário compreender que o qì do céu posterior é o qì dos alimentos e das bebidas que se transforma em jīng e que o qì do céu anterior é yuán qì (元气) que vem da transformação do jīng do céu anterior.

10. Tiān guǐ (天癸) possui pelo menos três sentidos. Ele define uma substância relacionada ao qì dos rins que permite a fertilidade no homem e na mulher, (como no primeiro capítulo do Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn que cita os ciclos vitais de sete e oito anos), define também o yīn original (yuán yīn 元阴), ou seja, o yīn/jīng dos rins (como no Lèi Jīng – Clássico das classificações), ou ainda as menstruações (como no Fù Rén Liáng Fāng Dà Quán: Grande soma de fórmulas excelentes para as mulheres).

3- *O jīng na fisiologia da medicina chinesa*

A - O jīng é a fonte da forma e das substâncias yīn.

"O jīng é a raiz do corpo", (Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn - capítulo 4). É ele que está na origem das estruturas concretas do organismo. O jīng está presente na tela de fundo do corpo todo. "O jīng se transforma, então há uma forma (...) o jīng governa o corpo", (Quán Zhēn Jí Xuán Mì Yào – Principais mistérios sobre a coletânea da realidade completa). Contudo, são os órgãos sólidos (zàng), ou seja, rins, fígado, coração, baço e pulmão que o recolhem e o estocam. Por outro lado, os rins armazenam a maior parte do jīng do céu anterior e o excedente do jīng do céu posterior. "Os cinco órgãos zàng governam o armazenamento do jīng da água e dos cereais", (Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn Líng Shū Jí Zhù – Anotações sobre as questões simples e eixo espiritual do clássico interno do Imperador Amarelo). "Os cinco órgãos zàng, sem exceção, tem jīng, mas no interior, o excedente se encontra nos rins", (Pǔ Jì Fāng - Prescrição de ajuda universal).

B - O jīng é o suporte da procriação e da fertilidade.

É por isso que ele é, às vezes, chamado de "jīng da reprodução" (shēng zhí zhī jīng 生殖之精). No homem, ele se manifesta no esperma (jīng yè 精液) e na mulher no sangue uterino reprodutivo (jīng xuè 精血), cuja forma degradada é o sangue menstrual. "[No] homem [se] o jīng é fraco, então há impotência, [na] mulher [se] o jīng é fraco, então não há menstruação", (Yī Lüè - Manual de medicina). O jīng está na origem do desenvolvimento do feto. É também a matéria-prima sutil do organismo. "O jīng nutre o feto", (Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn Líng Shū Jí Zhù – Anotações sobre as questões simples e do eixo espiritual do clássico interno do Imperador Amarelo).

C - A transformação do jīng do céu anterior em qì (enriquecido pelo jīng do céu posterior) produz o qì original.

O jīng representa aqui a água dos rins, que é transformada em qì pelo fogo ministro[11] . O jīng é de certa maneira a reserva de qì original (yuán qì 元气), é seu precursor. Segundo Sūn Guǎng Rén (孙广仁), médico contemporâneo, coautor de Zhōng Yī Jī Chǔ Lǐ Lùn 中医基础理论[12] (Fundamentos teóricos da medicina chinesa), é o jīng armazenado em cada órgão zàng que se transforma em qì do órgão (zàng qì 脏气). No entanto, como os rins são o grande depósito do jīng do céu anterior e posterior, é dele que vem a maior transformação de jīng em qì (isto é, yuán qì 元气). "O jīng é a mãe do qì original, o fundamento do ser, [quando] ele se encontra no corpo, ele torna-se qì, [quando] ele se encontra nos ossos, ele se torna medula (...) todos são transformações do jīng", (Tài Shàng Jiǔ Yào Xīn Yìn Miào Jīng – Clássico notável dos nove principais pontos do selo da verdade no coração do magnífico).

D - O jīng dos rins pode se transformar em sangue.

O jīng é uma das fontes da produção do sangue. Isto é confirmado por numerosos clássicos. Por exemplo, "Os rins são a origem da água, eles governam o armazenamento do jīng que se transforma em

11. Ver capítulo sobre os rins.
12. Página 66. Obra coletiva escrita sob a direção de Wáng Xīn Huā 王新华 publicado em 2001 por rén mín wèi shēng chū bǎn shè 人民卫生出版社. Pequim.

sangue", (Lǔ Shān Táng Lèi Biàn – Diferenciação das categorias de Lu Shan Tang). "Os rins armazenam o jīng. É o jīng que produz o sangue", (Zhū Bìng Yuán Hòu Zǒng Lùn – Tratado geral sobre a origem dos sinais clínicos de todas as doenças). Para ser mais preciso, é o jīng dos rins transmitido ao fígado que se transforma em sangue (do fígado). (Ver capítulo sobre o sangue).

E - O jīng governa o crescimento, o desenvolvimento e a nutrição do corpo.

O jīng permite, por exemplo, o crescimento e a nutrição dos ossos, dos dentes, dos cabelos, das carnes, da pele, da sexualidade, das gônadas. "[Na mulher] em duas vezes sete anos, o tiān guǐ (天癸) *aqui = jīng*) está forte, o vaso concepção (rèn mài 任脉) circula, o vaso penetrador (chōng mài 冲脉) está próspero, a menstruação pode descer, é a razão pela qual há crianças[13]", "[no homem] em duas vezes oito anos, o tiān guǐ (天癸) (*aqui = jīng*) está forte, o jīng qì flui, o yīn yáng estão em harmonia, é a razão pela qual há a capacidade de ter filhos". (Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn - capítulo 1). "No início da criação do homem, o jīng é formado primeiro, [quando] o jīng é formado, então o cérebro e a medula são gerados, os ossos são hábeis, os vasos são nutridos, as carnes são como muros, a pele é firme e os cabelos longos", (Huáng Dì Nèi Jīng Líng Shū - capítulo 10).

F - O jīng está na origem da produção da medula (medula óssea, medula espinal e o mar da medula, ou seja, o cérebro).

É o capítulo 10 do Huáng Dì Nèi Jīng Líng Shū que descreve o primeiro fenômeno: "o jīng é formado, então o cérebro e a medula são gerados". Na sequência, outros clássicos confirmaram este fato: "O jīng dos rins geram a medula que sobe ao longo da coluna vertebral e penetra no cérebro. É o mar da medula que se encontra na cabeça e que se chama cérebro", (Zhōng Xī Huì Tōng Yī Jīng Jīng Yì – Essência do clássico da medicina chinesa combinada com a medicina ocidental). "O líquido jīng está nos órgãos rins, através do vaso concepção (rèn mài 任脉) ele sai sob a língua ao nível de VC 23 (lián quán 廉泉), através da medula espinal ele sobe e circula no cérebro", (Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn Líng Shū Jí Zhù – Anotações sobre as questões simples e do eixo espiritual do clássico interno do Imperador Amarelo). "O jīng é (...) o fundamento do ser, (...) [quando] ele se encontra nos ossos, ele se torna medula", (Tài Shàng Jiǔ Yào Xīn Yìn Miào Jīng – Clássico notável dos nove principais pontos do selo da verdade no coração do magnífico).

G - O jīng está presente em todos os humores do corpo e principalmente na saliva.

Lembremos que existem dois tipos de saliva, aquela associada aos rins (raiz do céu anterior) que armazenam o jīng e aquela associada ao baço (raiz do céu posterior) que governa a assimilação do jīng do céu posterior. Refinar e engolir a própria saliva por técnicas específicas é uma das práticas taoístas fundamentais de longevidade. Enriquecida de jīng, a saliva torna-se um precioso néctar chamado "líquido de ouro", "fonte de jade", "suco de jade", de acordo com os textos, um autêntico elixir da imortalidade. "O líquido jīng está no órgão rins, através do vaso concepção (rèn mài 任脉) ele sai sob a língua ao nível de VC 23 (lián quán 廉泉)", (Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn Líng Shū Jí Zhù – Anotações sobre as questões simples e do eixo espiritual do clássico interno do Imperador Amarelo). O jīng sendo associado

13. A expressão é yǒu zǐ (有子), literalmente: há crianças. Isto significa, simplesmente, a garota pode engravidar.

à água, tem relação com os líquidos do corpo. É por isso que Zhāng Zhì Cōng diz: "A transpiração tem duas origens: uma sai do jīng da água e dos grãos, a outra sai do jīng da reserva dos rins", (Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn Líng Shū Jí Zhù – Anotações sobre as questões simples e do eixo espiritual do clássico interno do Imperador Amarelo).

4- Fatores de desgaste do jīng

Reserva de energias e de formas, o jīng é utilizado constantemente para apoiar a estrutura corporal. Ele se transforma continuamente em qì para manter as funções vitais do organismo. Ele é essencial para o bem-estar, a saúde e a longevidade. Seu enfraquecimento gera a doença, seu desaparecimento significa a morte do indivíduo. "No interior do corpo humano há o jīng então há vida, no interior do corpo não há jīng então há morte", (Xìng Mìng Fǎ Jué Míng Zhǐ – Instruções claras sobre os métodos para a natureza inata e a força vital). "O humano tem jīng então há vida, sem jīng então há morte. Assim, o jīng é a origem da natureza inata (xìng 性[14]) e da força vital (mìng 命[15])", (Jīn Xiān Zhèng Lùn – Tratado sobre a verificação de imortalidade de ouro). É importante estudar os diferentes fatores de desgaste do jīng, para saber identificar os problemas provocados pela insuficiência deste substrato fundamental.

A - O envelhecimento

O envelhecimento é um fator natural de enfraquecimento do jīng. O ser humano sendo programado para viver um período de tempo definido tem um estoque de jīng limitado à quantidade necessária para assegurar a duração deste ciclo de vida. Mesmo tomando todas as precauções para limitar as perdas de jīng, a expectativa de vida do indivíduo não poderá exceder 120 anos aproximadamente. O jīng é nossa contagem regressiva interior. Existem sinais chaves de diminuição do jīng: queda de cabelos, seu embranquecimento, a perda de dentes, atrofia e fraqueza de membros e dos pés com dificuldade para caminhar, enfraquecimento das faculdades intelectuais, lentidão de movimentos. Mas o mais evidente é o desaparecimento da fecundidade, que de acordo com o primeiro capítulo do Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn ocorre na idade de 49 anos na mulher (7 ciclos de 7 anos) e na de 64 para o homem (8 ciclos de 8 anos). Essa dissipação do jīng é natural e irreversível. A vida humana é fisiologicamente programada para ser limitada.

B - A sobrecarga

Toda atividade excessiva, seja física, intelectual, sensorial ou emocional, consome sangue e qì. Em caso de abuso é muito frequente que o sangue e o qì tornem-se insuficientes. É consequência destas sobrecargas. A inteligência do corpo envia mensagens de fadiga ou de saturação que intimam claramente o indivíduo a parar e fazer repouso. Mas muitas são as pessoas que não respeitam estes sinais de alarme e persistem em se sobrecarregar. O organismo não tem, então, outra escolha a não ser usar sua preciosa reserva de jīng para transformá-la em qì, o que permite compensar sua carência e continuar a atividade. Quanto mais a sobrecarga é intensa ou frequente, mais o indivíduo dilapida seu jīng precocemente.

---

14. Trata-se da verdadeira natureza, universal, essencial do ser (que vem do Dào) assim como o conjunto de suas potencialidades.
15. Trata-se da força dinâmica que manifesta a natureza inata do ser no mundo tangível.

C - As doenças

As doenças podem ser consideradas como uma forma de sobrecarga. Em caso de doença, o organismo realiza uma intensa atividade para proteger as funções vitais e para reparar os danos. Nesta situação de perigo e urgência, o corpo gasta além da conta grandes quantidades de qì, sangue, de yīn, de yáng. E para compensar as carências geradas por este alto consumo, ele aciona o jīng. Quanto mais uma doença é grave ou de longa duração, mais o jīng precisa colaborar. As doenças participam, portanto, do enfraquecimento do jīng.

D - As drogas e substâncias medicamentosas

Sejam elas alucinógenas, medicamentosas, químicas ou naturais, um grande número de substâncias tem como resultado mobilizar fortemente o jīng. No primeiro caso, o objetivo é atingir estados de consciência alterados e no segundo, acelerar o processo de cura ou manter as funções orgânicas. Nas duas situações, é o jīng que é solicitado para se transformar em energia de "felicidade" ou de saúde. São, sobretudo, os medicamentos (químicos ou naturais) que lutam contra as doenças agudas do tipo externo e/ou do tipo plenitude que lesam mais fortemente as forças vitais do organismo (qì, sangue, yīn, yáng...) e que mais dilapidam o jīng. A utilização muito frequente ou abusiva destas substâncias resulta então no desaparecimento prematuro do jīng. A medicina ocidental utiliza abundantemente drogas potentes que consomem o jīng: antibióticos, anti-inflamatórios, cortisona, morfina, moléculas agressivas de todos os gêneros. Mesmo se seus efeitos imediatos sejam, às vezes, espetaculares, seu uso contínuo tem um alto custo a longo prazo para o capital de saúde do indivíduo. É verdade que há, algumas vezes, necessidade absoluta de utilizá-los, mas seus efeitos benéficos estão longe de serem gratuitos. Apesar do que afirma, a medicina moderna científica tem um papel ativo no enfraquecimento da vitalidade e da saúde do ser humano nas sociedades ocidentais modernas.

E - A sexualidade

Enquanto vetor dos caracteres hereditários, o jīng é indispensável à reprodução de todas as espécies. No homem, ele se transmite pelo esperma (jīng yè 精液). Na mulher, ele se comunica pelo sangue uterino reprodutivo (jīng xuè 精血). "O envelope procriador[16], chamado palácio das crianças, está presente tanto no homem quanto na mulher. No homem o chamamos câmara do esperma, na mulher o chamamos mar de sangue", (Lèi Jīng – Clássico das classificações). A cada ejaculação o homem perde uma parte de seu jīng. A cada menstruação e a cada gestação, a mulher também perde seu jīng. É, portanto, evidente que todo abuso de atividade sexual é um fator de desperdício de jīng. Em relação às mulheres, são as gestações muito numerosas, muito próximas ou tardias, assim como menstruações muito abundantes que enfraquecem o jīng.

---

16. O termo exato é bāo (胞) que é frequentemente traduzido por útero. No entanto, esta tradução é inadequada pois bāo se refere tanto ao útero e ao sangue reprodutivo na mulher, quanto a reserva de esperma no homem. Por esta razão, eu prefiro utilizar o termo "envelope (bāo) procriador", cujo sentido mais amplo engloba todo o conceito original.

5- *Relações entre o jīng e o espírito, o qì e a forma*

A - Jīng e espírito



O jīng é a tela de fundo subjacente de toda função, de todo movimento, de toda estrutura, de toda arquitetura viva. Ele é também o suporte de toda a expressão espiritual no Homem. O jīng acolhe a vida e lhe serve de base. Como veremos mais adiante, todo fenômeno psíquico, mental e emocional é de competência do espírito (shén 神). Para funcionar bem, este precisa de uma estrutura de vida, o jīng, que o recebe e o "ancora" para que ele possa se manifestar num determinado corpo. "O jīng enraíza o espírito, é por isso que o espírito, que é leve, não voa". (Sù Wèn Xuán Jiě – Compreender os problemas pendentes das questões simples).

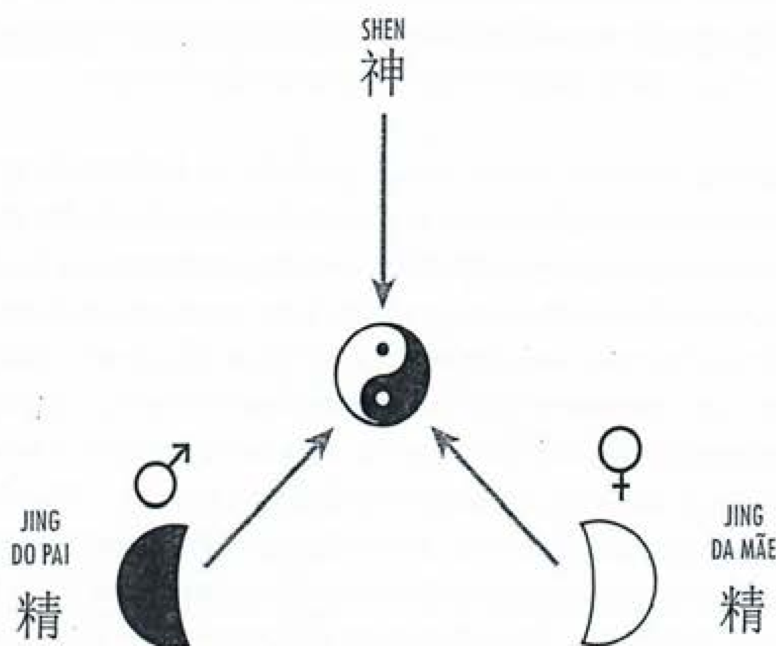
O espírito encarna quando o jīng de ambos os pais se unem no momento da concepção. "Os dois jīng (ou seja, *o jīng de ambos os pais*) que se apropriam um do outro é o que chamamos espírito", (Huáng Dì Nèi Jīng Líng Shū - capítulo 8). Zhāng Jiè Bīn nos confirma que os dois jīng que se unem são aqueles de ambos os pais: "A criação (elaboração) de um indivíduo [se faz pela] união do jīng do pai e da mãe", (Lèi jīng – Clássico das dificuldades). O jīng é, em seguida, continuamente renovado através da alimentação, com o objetivo de nutrir e ancorar o espírito: "O espírito é o jīng qì da água e dos grãos", (Huáng Dì Nèi Jīng Líng Shū - capítulo 32). Esta citação não significa que o espírito e o jīng dos alimentos sejam sinônimos. Ela quer dizer que a manutenção, o equilíbrio e a nutrição do espírito após o nascimento dependem da alimentação. Sem uma forma, o espírito não pode se manifestar no plano humano.

O shén organiza, coloca em ordem, induz a produção do jīng para gerar um ser vivo. "O jīng não se produz por si só, ele é produzido pelos movimentos e as transformações do espírito", (Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn Wú Zhù – Comentários de Wu [Kun] sobre as questões simples do clássico interno do Imperador Amarelo). Por outro lado, o jīng nutre o espírito para que ele se manifeste. Mǎ Péi Zhī em uma de suas obras confirma a importância do jīng para o shén: "O coração governa o armazenamento do espírito. Os rins governa o armazenamento do jīng. O espírito depende do jīng, como o peixe precisa da água". Esta ideia é confirmada por Xú Wén Bì: "O espírito conta com o jīng como o peixe conta com a água, o peixe usa a água para se sustentar, o espírito usa o jīng para se nutrir", (Shòu Shì Chuán Zhēn – Verdadeira transmissão de longevidade). Podemos, então, dizer que o jīng ancora o espírito e permite sua encarnação e que o espírito ordena, anima o jīng. "O espírito é o governador do jīng, o jīng é a raiz do espírito", (Tài Shàng Jiǔ Yào Xīn Yìn Miào Jīng – Clássico notável dos nove principais pontos do selo da verdade no coração do magnífico). Deve-se notar que a qualidade da relação jīng/shén se observa na luminosidade (às vezes chamado brilho) do ser, emana de sua tez e de seu olhar.

Existe uma relação yīn/yáng evidente entre o jīng que é yīn e o espírito que é yáng. Isto é claramente apresentado no seguinte trecho do Shèng Jì Jīng (Clássico da sábia assistência): "[No] céu, há o yīn e o yáng, [na] terra, há a água e o fogo, [no] homem, há o jīng e o espírito". Este princípio também é sustentado por textos taoístas: "O céu/um gera a água (*que é a essência do yīn*), no homem é o jīng. A

terra/dois[17] gera o fogo (*que é a essência do yáng*), no homem é o espírito", (Jīn Dān Dà Yào – Principais pontos sobre a pílula da imortalidade). "O jīng que se combina ao espírito é chamado de união da água e fogo", (Xìng Mìng Fǎ Jué Míng Zhǐ – Instruções claras sobre os métodos para a natureza inata e a força vital). Zhāng Jiè Bīn confirma este princípio: "Os rins armazena o jīng, o jīng é yīn. O coração armazena o espírito, o espírito é yáng. O jīng está deteriorado, o espírito se separa (*isto é, do corpo/jīng*), então o yīn e o yáng estão inteiramente arruinados", (Lèi Jīng – Clássico das classificações).

Além disso, o jīng tem relação com a forma (xíng 形). Esta interação e esta interdependência do jīng/forma e do espírito são confirmadas pelo Lèi Jīng (Clássico das classificações) de Zhāng Jiè Bīn: "Sem forma então o espírito [é] sem vida" e "Sem espírito então a forma não pode viver". É esta complementaridade entre jīng e shén que permite uma expressão harmoniosa do espírito no plano psíquico. Chén Niàn Zǔ menciona claramente este aspecto no Shén Nóng Běn Cǎo Jīng Dú (Leituras da matéria médica de Shen Nong): "O coração e os rins se unem, então o jīng e o espírito se unem e se nutrem. O que se segue são as idas e vindas do espírito, o que chamamos de hún (魂)[18], o que se funde com as entradas e saídas do jīng, é o que chamamos de pò (魄). O jīng e o espírito se unem e se nutrem, então o hún (魂) e o pò (魄) estão naturalmente calmos". Alguns textos taoístas assinalam que o equilíbrio entre jīng e shén é, de maneira geral, essencial à uma boa saúde: "O espírito do coração se agita, então o jīng está abalado. O jīng está abalado, então o corpo não está calmo", (Yún Jí Qī Qiān – Sete fichas de bambu da caixa de nuvens).



Encarnação do espírito para a reunião dos dois jīng dos pais

17. Lembremos que a expressão céu/Um (tiān yī 天一) e terra/Dois (dì èr 地二) se refere à numerologia da cosmologia taoísta. Quando o céu e a terra começam a interagir, a criação do mundo concreto nasce da alternância entre geração (shēng 生) e produção (chéng 成) do céu e da terra, em nove etapas.
18. O hún (魂) e o pò (魄) são dois aspectos do espírito. A paz, a calma, a serenidade são necessárias ao bom funcionamento deles.

B - Jīng e qì



De acordo com o pensamento chinês, é o sem forma que, ao se acumular, gera a forma. "A forma é gerada pelo sem forma", (Liè Zǐ). Em outras palavras, a condensação do qì gera o jīng. "O jīng é filho do qì (...) O acúmulo de qì produz o jīng", (Pí Wèi Lùn – Tratado do baço e do estômago). "Os rins/kǎn (坎) pertencem à água, o jīng sai dos rins, [o jīng] também pertence à água. A água vem da transformação do qì, o jīng também vem da transformação do qì", (Tiān Xiān Zhèng Lǐ Zhí Lùn Zēng Zhù – Tratado direto sobre os princípios corretos dos imortais celestiais com comentários adicionais). O qì, sem forma, é difícil de ser armazenado. Ele poderá sê-lo sob a forma de jīng. Assim, o excedente de qì pode se condensar em jīng para ser armazenado, este é todo o sentido das palavras de Zhāng Jiè Bīn: "O qì retorna ao jīng", (Lèi Jīng – Clássico das classificações).

Esta transformação do qì em jīng pode igualmente se produzir no sentido contrário: "o jīng tem a capacidade de gerar qì", (Lèi Jīng – Clássico das classificações), "A transformação do jīng produz qì", (Lè Yù Táng Yǔ Lù – Coletânea de palavras do palácio do ensinamento feliz). "O jīng é a fonte do qì, (...) O jīng se transforma em qì", (Gǔ Fǎ Yǎng Shēng Shí Sān Zé Chǎn Wēi – Sutilezas explicadas dos treze princípios dos métodos antigos do yǎng shēng). Existe, então, uma transformação mútua do qì em jīng e do jīng em qì. "O qì transformado torna-se jīng (...) o jīng transformado torna-se qì", (Lèi Jīng – Clássico das classificações). Isto corresponde à capacidade do sem forma (o qì) se transformar em forma (jīng) e àquela da forma (jīng) se transformar em qì. O qì é a origem do jīng. O jīng é a forma do qì.

Na manifestação da vida, qì e jīng são inseparáveis. E isto que faz Zhāng Jiè Bīn dizer: "A vida humana está enraizada no jīng e no qì". É a razão pela qual os métodos do yǎng shēng (养生) recomendam preservar o jīng e proteger o qì. "[Aquele que quer] um bom yǎng shēng (养生) deve armazenar o jīng, o jīng está pleno então o qì está florescente", (Lèi Jīng – Clássico das classificações). A ligação entre jīng e qì se manifesta tanto no plano fisiológico quanto patológico: "O jīng se esgota então o qì se enfraquece, o qì se enfraquece então a doença aparece e o corpo está em perigo", (Jīn Dān Dà Yào – Principais pontos da pílula da imortalidade). "Os cinco órgãos zàng tem cada o seu jīng. Se ele está lesado (isto é, o jīng), então há um vazio de yīn, pois o jīng dos cinco zàng é o yīn. Se há um vazio de yīn (*jīng*), não há mais qì, pois o qì aparece pela transformação do jīng" (Lèi Jīng – Clássico das classificações).

Esta citação de Zhāng Jiè Bīn mostra claramente que sem jīng o qì torna-se deficiente. Reciprocamente, o qì é responsável pela produção do jīng do céu posterior. Se um bom jīng favorece um bom qì, o contrário também é verdade: "O jīng e o qì se nutrem mutuamente. O qì se acumula então o jīng é abundante", (Jīn Dān Dà Yào – Principais pontos sobre a pílula da imortalidade). "O qì se acumula, então o jīng é abundante, o jīng é abundante então o qì é vigoroso, o jīng e o qì estão plenos (*isto é, abundantes*), então a forma (*isto é, o organismo*) é automaticamente forte", (Lèi Jīng – Clássico das classificações).

O jīng que é de natureza yīn, possui tais características: ele é mais lento, inerte, interno e frio. É graças

ao dinamismo do qì (cuja natureza é yáng) que o jīng participa do desenvolvimento de uma estrutura corporal. É através do qì que o jīng manifesta ativamente o desenvolvimento dos caracteres distintos e específicos de um indivíduo. Por outro lado, sem jīng não há qì. Assim, jīng e qì participam, lado a lado, do equilíbrio, do bem-estar e da boa saúde do indivíduo. É por isso que utiliza-se frequentemente nos textos médicos a expressão: jīng qì (精气).

Esta interação estreita entre jīng e qì é fundamental. A regra principal que se deve manter é: **"o jīng pode se transformar em qì e o qì pode se condensar em jīng".**

C - Jīng e forma



Existe uma relação estreita entre o jīng (精) e xíng (形), a forma. O jīng é a origem, a tela de fundo de toda a forma, de toda arquitetura e de toda a estrutura, seja ela mineral, vegetal, animal ou humana. Além disso, o jīng contribui à nutrição e à manutenção permanente desta forma. Xíng (形), a forma, a estrutura do corpo não é um "quarto" tesouro, mas uma das manifestações mais concretas do jīng. "A raiz da forma reside no jīng/sangue". (Jīng Yuè Quán Shū – Obra completa de Jing Yue), "O jīng, é a raiz do corpo", (Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn - capítulo 4). "A forma (xíng 形) é a mesma coisa que o jīng (精), o jīng é a mesma coisa que a forma", (Jīng Yuè Quán Shū – Obra completa de Jing Yue).

II - O QÌ



Esta noção é tão sutil e difícil de entender quanto a precedente. É ainda mais, uma vez que uma das características do qì é o movimento e a transformação incessantes! Para funcionar, o mental tende a manter as ideias, as imagens, os temas em quadros fixos. Ou seja, o qì não é uma noção estática, mas ao contrário extremamente móvel que pode variar de acordo com o contexto. Ele possui múltiplas facetas cujas manifestações mudam em função de numerosos parâmetros e circunstâncias. É, portanto, impossível apresentar de maneira exaustiva esta realidade sutil. Só serão citados aqui os elementos de base necessários à compreensão do que é o qì em relação ao espírito e ao jīng. Esta noção é desenvolvida e refinada no capítulo dedicado exclusivamente ao qì. Nenhuma tradução: energia, sopro, força vital, função, está apta à exprimir o que realmente é o qì (气) segundo o pensamento chinês. Por convenção, o termo "energia" será de vez em quando empregado, ainda que ele não seja satisfatório. No entanto, o termo "qì" será o mais frequentemente utilizado.

1- O que é o qì?

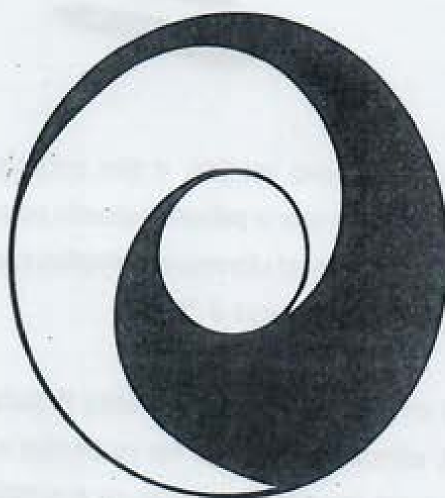
Para uma maior compreensão, o leitor é convidado a se reportar ao capítulo dedicado ao qì. Resumindo, podemos dizer que o qì é a matéria-prima e o sopro de vida, o dinamismo fundamental que constitui e anima todas as manifestações do universo, incluindo os seres vivos. Como nós vimos no capítulo yīn yáng, a

noção de qì integra duas naturezas diferentes e complementares: o yáng qì leve, sutil, ativo e o qì pesado, denso, calmo. "A raiz dos dez mil seres, é o qì do yīn e do yáng", (Xú Líng Tāi Yī Xué Quán Shū – Obra médica completa de Xu Ling Tai).

A confrontação do yīn e do yáng provoca uma impulsão, uma circulação, uma evolução, uma transformação permanentes. Este fenômeno incessante e ritmado constitui a expressão dos movimentos do qì. "O tài jí (太极) se agita então ele gera o yáng, ele é calmo então ele gera o yīn. O yáng se agita então não há pausa, o yīn é calmo então há a permanência. Estes dois qì se unem então o homem vive, estes dois se separam então o homem morre", (Yī Mén Fǎ Lù – As leis da medicina). "A subida e a descida, é a união do qì do céu e da terra", (Yī Xué Qǐ Yuán – Exposição de ensino médico).

As principais propriedades do qì são, então, o movimento e a transformação. Elas o animam e lhe permitem evoluir ou transmutar todos os fenômenos e isto de maneira permanente. Em outras palavras, mais do que uma substância, o qì é uma sucessão incessante de transformações e transmutações que fazem com que o mundo esteja em perpétua mudança, em constante recriação.

Toda manifestação, seja ela material ou imaterial, física ou espiritual, vem do qì e de suas incessantes transformações. As manifestações mais concretas como a matéria são uma condensação importante do qì. O sutil e o material são de mesma natureza: os dois são qì. Só o grau de condensação é que varia. Quando o qì se condensa, ele adquire forma. Quando a matéria se dilui, se desagrega, ela se transforma novamente em qì. É o mesmo em relação à fisiologia da vida e da morte. Zhuāng Zǐ assinala: "O homem deve a vida à uma condensação de qì. Quando ele se condensa, é a vida; mas basta o qì se dispersar, é a morte[19]".



Símbolo do tài jí (太极)
A manifestação suprema

19. Tradução de Anne Cheng tirada de sua obra : "História do pensamento chinês", página 240. Ed. Seuil.

2 - O caractere qì

Para uma melhor compreensão da noção de qì, é igualmente possível aprender a partir dos conhecimentos da etimologia e do estudo do caractere chinês qì (气).

Como demonstraram Ken Rose e Zhang Yu Huan na obra "Uma breve história do Qi[20] ", o caractére qì é uma das mais antigas palavras da língua chinesa. Ele aparece inclusive nos mais antigos textos conhecidos da China antiga. Assim como a própria língua chinesa, essa palavra evoluiu ao longo do tempo, tanto no nível de suas significações quanto da maneira pela qual ela foi escrita. A primeira grafia de qì era 三. O erudito e linguista Duàn Yù Cái 段玉裁 (1735-1815) da dinastia Qing, chamou a atenção que esta representação era "a forma das nuvens que sobem". O símbolo 三 descreve o vapor que sobe para formar nuvens.

O qì manteve este significado e esta forma até a dinastia Zhou ocidental (1066-771 a.C.) quando sofreu sua primeira modificação, provavelmente para diferenciá-lo do caractere três (sān: 三). Tornou-se então. Duàn Yù Cái assinala que neste momento, o caractere significava precisamente, "qì das nuvens". De fato, segundo Shuō Wén Jiě Zì (Dicionário etimológico), referência incontornável, um dos primeiros significados da palavra qì é qì das nuvens, mais precisamente, a energia de vapor que sobe da terra e que ao se acumular forma as nuvens do céu.



Mas na mesma época lhe é dado novo sentido, o que enriqueceu seu poder evocador. Um deles foi "respirar, inspirar, expirar". À medida que a palavra assumiu novos significados, sua aparência continuou a mudar. Tornou-se então: 气 ou 气 . Estas são representações muito próximas do caractere "simplificado" utilizado pela República Popular da China que é 气.

Muitos sinólogos amadores criticam o fato da República Popular da China ter "simplificado" as grafias dos caracteres nos anos 70, afirmando que isto fez se perder o sentido dos ideogramas. Na realidade, estas simplificações se basearam em grafias antigas ou em estilos de escritas rápidas como o cǎo shū (草书) ou o xíng shū (行书). Portanto, de maneira nenhuma houve perda de sentido, exceto aos olhos de pessoas que tem um conhecimento muito relativo do chinês[21] .

20. Paradigm Publications, Brookline, Massachusetts, 2001
21. O que mais me diverte, é que pessoas que tem não tem nenhum conhecimento do chinês ou o tem de forma extremamente limitada que, fequentemente, são as que mais se permitem julgar esta mutação.

Ken Rose e Zhang Yu Huan afirmam que existe um fenômeno muito importante para compreender a transformação dos caracteres chineses ao longo dos séculos. Este fenômeno é chamado tōng jiǎ zì (通假字) que poderíamos traduzir por "empréstimo entre caracteres". Quando dois caracteres possuem uma pronúncia, grafia ou um significado próximo, eles podem influenciar-se, "contaminar" um ao outro.

Este processo aconteceu entre a antiga grafia de qì 气 e outra palavra: xì (餼) que significava "dar de comer, dar arroz". A associação destas duas palavras fez com que qì emprestasse de xì o sentido de "nutrir". Ao mesmo tempo o radical mǐ (米) presente em xì (餼), foi acrescentado à grafia antiga de qì para dar finalmente: 氣 que foi largamente empregado após a dinastia Zhou até nossa época moderna. Deve-se notar que em numerosos textos de alquimia taoísta, utiliza-se frequentemente o caractere qì (炁) em lugar de 氣 mesmo durante as dinastias Song e Ming onde a grafia do ideograma 氣 foi adquirida.

De qualquer forma, a noção original de vapor que forma as nuvens, se acrescentou a ideia de nutrição. O qì deixou de ser simplesmente uma energia em vapor, um sopro, uma respiração, mas também uma substância nutritiva essencial. Ideia esta que posteriormente fez parte de muitos textos filosóficos e médicos.

Poderíamos resumir os principais significados do caractere 氣 da seguinte maneira:

a) 气 : simboliza o vapor de água invisível que sobe da terra para o céu (princípio yáng). É a energia em vapor que sobe e que, ao se acumular, forma as nuvens. É um movimento, um dinamismo.

b) 米 : simboliza um maço de cereais ou de arroz vindos da terra (princípio yīn). O cereal é uma reserva de potenciais, de energia que serve para nutrir o homem. Mǐ 米 significa arroz que é o alimento de base na China. É por isso que, naturalmente, mǐ é o radical que se relaciona com a nutrição na civilização chinesa. É ele que denota que qì tem uma função nutritiva na grafia: 氣

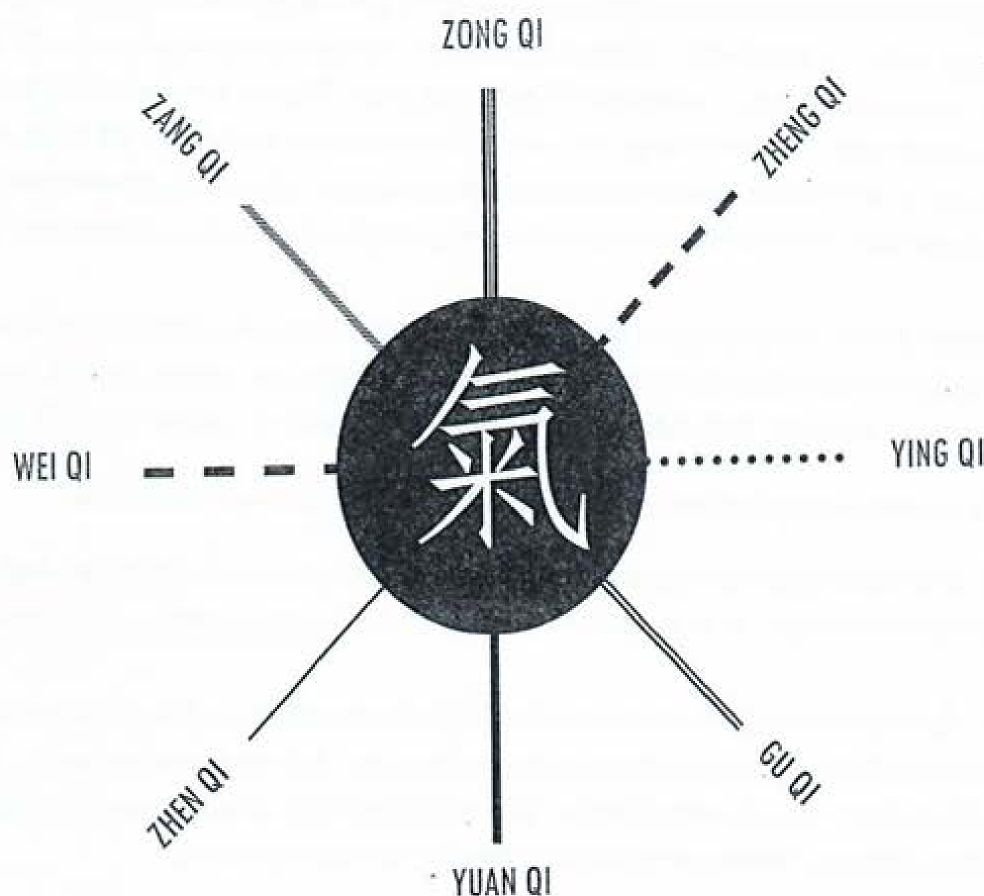
Tudo levando a ideia segundo a qual o qì é constituído de duas partes opostas: o vapor sutil (yáng) que vem do cozimento (transformação) dos cereais e estes cereais propriamente (yīn). A natureza do qì é, portanto, dúbia. Ele integra em seu seio as duas facetas indispensáveis a qualquer manifestação: uma parte imaterial yáng (o vapor) e uma parte material yīn (o maço de cereais).

3- Manifestações do qì

O qì é fundamentalmente Um. Suas manifestações é que são múltiplas. A medicina chinesa descreve muitas formas de qì. A natureza profunda do qì não muda, é sua orientação, sua coloração, seu ritmo, sua função que muda. O qì possui uma natureza única e constante. Mas em função das tarefas que lhe cabem no organismo, seus movimentos são programados diferentemente. Ele se adapta em função de suas necessidades. Estas diferentes programações provocam diferenças que são apenas aparentes.

Então, por razões didáticas, a medicina chinesa fala do qì torácico ou confluente zōng qì (宗气), do qì original yuán qì (元气), do qì verdadeiro zhēn qì (真气), do qì nutritivo yíng qì (营气), do qì defensivo wèi

qì (卫气), do qì dos alimentos gŭ qì (谷气), do qì correto zhèng qì (正气), do qì dos órgãos zàng qì (脏气), etc. Mas todos estes termos apenas designam aspectos do mesmo qì único através de suas diferentes manifestações.



4 - Relação do qì com jīng e espírito

O qì, movimento da vida, tem uma relação íntima e permanente com os outros aspectos fundamentais que constituem o ser humano.

A - Qì e jīng



Como citado anteriormente no parágrafo dedicado ao jīng, existe uma relação e uma interação estreita entre qì e jīng.

De onde saem os seguintes pontos:



O jīng é o precursor do qì. O qì vem da transformação do jīng.

- ***Primeiro ponto chave: o jīng se transforma em qì.***

O qì é a raiz da assimilação do jīng do céu posterior que mantém e preserva o jīng do céu anterior.

- ***Segundo ponto chave: o qì produz o jīng.***

Em caso de super abundância de qì, este é transmutado em jīng. O qì reintegra sua origem.

- ***Terceiro ponto chave: o qì pode se condensar em jīng.***

B - Jīng e forma



O qì é o instrumento que o espírito (shén 神) utiliza para manifestar o indivíduo tanto no plano psíquico quanto físico. É o shén que dirige os movimentos, as direções, os ritmos do qì, a fim que o ser se realize em seu corpo. O espírito organiza o qì em todos os seus aspectos para atingir seus objetivos e para controlar a vida que anima o Homem. Numerosos textos antigos corroboram esta idéia: "o espírito governa o qì, o espírito se movimenta então o qì o segue", (Dǎo Jū Suí Lù – Coletânea do habitante da ilha). "O espírito dirige o qì, se o espírito se movimenta, imediatamente o qì se movimenta, o espírito vai numa direção, imediatamente o qì segue a mesma direção", (Shòu Shì Chuán Zhēn – Verdadeira transmissão da longevidade). "O espírito conduz[22] o qì", (Qiū Zǔ Mì Chuán Dà Dān Zhí Zhǐ – Instruções diretas sobre o grande elixir por transmissão secreta do ancestral Qiu). "O espírito se movimenta então o qì se movimenta, o espírito para então o qì também para", (Yǐn Zhēn Rén Dōng Huá Zhèng Mài Huáng Jí Hé Pì Zhèng Dào Xiān Jīng - Clássico imortal de Yin Zhen Ren sobre o caminho da abertura e fechamento do cume imperial segundo a linhagem ortodoxa do esplendor do leste).

O grande mestre Zhāng Jiè Bīn confirma esta idéia primordial no Lèi Jīng (Clássico das classificações): "O nascimento do espírito vem do jīng e do qì, no entanto aquele que governa e aciona o jīng e o qì é o espírito no nosso coração". Liú Wán Sù por sua vez, utiliza uma analogia sem equívoco: "O espírito é o condutor da carruagem, o qì é o cavalo", (Sù Wèn Bìng Jī Qì Yí Bǎo Mìng Jí – Coletânea sobre os mecanismos das doenças e das ações do qì para proteger o destino segundo as questões simples). Em qualquer caso, eles são inseparáveis: "O espírito não abandona o qì, o qì não abandona o espírito", (Wǔ Piān Líng Wén – Manuscrito espiritual em cinco capítulos).

Quando ele transporta o jīng, o qì torna-se jīng qì (qì transportando o jīng). É sobre este qì portador de jīng que o espírito se encarna na concepção para gerar a consciência individualizada. Ao longo de toda a

22. Trata-se do termo yù 驭 que significa conduzir um cavalo, conduzir cavalos atrelados, conduzir uma carruagem.

existência, o qì, produzido a partir do jīng, continua a nutrir o espírito. Pois é através do qì que o espírito se expressa, se desloca, dirige, organiza. É o que faz a tradição dizer que o qì gera o espírito. "O espírito é o filho do qì, qì é a mãe do espírito. (...) O qì é puro então o espírito circula livremente, o qì é turvo então o espírito está confuso", (Wěi Lüè – Manual sobre os princípios fundamentais). Muitos mestres confirmam este princípio e o mais célebre entre eles, Zhāng Jiè Bīn, diz claramente: "o qì tem a capacidade de gerar o espírito" e "o qì está próspero então o espírito está perfeito, o espírito está perfeito então o corpo está saudável", (Lèi Jīng – Clássico das classificações).

Esta ideia não contradiz o fato de que seja o jīng que nutre o espírito. Ao contrário, ela o completa. Ela também não se opõe ao princípio que o espírito governa nossa vida. Mesmo se o espírito é belo e bem ancorado pelo jīng e nutrido pelo qì, isto não impede de ser o chefe da orquestra do destino humano. "O fundamento da vida humana é o jīng e o qì. O jīng produz o qì, o qì produz igualmente o jīng. O qì se acumula, o jīng é pleno, então o espírito é florescente. O qì se dispersa, o jīng é fraco então o espírito se separa (ou se perde)", (Lèi Jīng – Clássico das classificações). "O qì entrando no corpo, a isso se chama vida, o espírito que abandona a forma, a isso se chama morte". [Se] conhecemos o espírito e o qì, somos capazes de ter vida longa", (Nèi Jīng Zhī Yào – Conhecimentos essenciais do clássico interno).

Finalmente, o que deve se guardar é que o espírito e o qì se mantêm mutuamente e que no plano da vida humana, os dois são inseparáveis e que eles têm necessidade um do outro para se manifestar. "O espírito não se separa do qì, o qì não se separa do espírito", (Yǐn Zhēn Rén Dōng Huá Zhèng Mài Huáng Jí Hé Pì Zhèng Dào Xiān Jīng - Clássico imortal de Yin Zhen Ren sobre a via de abertura e fechamento do cume imperial de acordo com a linhagem ortodoxa do esplendor do leste). "O espírito depende do qì, o qì depende do espírito, o espírito e o qì dependem mutuamente um do outro", (Tiān Xiān Zhèng Lǐ Zhí Lùn Zēng Zhù – Tratado direto sobre os princípios corretos dos imortais celestiais com comentários adicionais).

Concluindo, podemos fixar que:

- ***O espírito governa o qì***
- ***O qì nutre o espírito***

"O espírito é o governador do qì e do sangue, o qì e o sangue são o fundamento da nutrição do espírito", (Gǔ Fǎ Yǎng Shēng Shí Sān Zé Chǎn Wēi – Sutilezas explicadas dos treze princípios dos métodos antigos do yǎng shēng).

III - SHÉN - O ESPÍRITO



O imperador amarelo diz: "O que é o espírito?"
Qí Bó 岐伯 diz: "O espírito, Oh o espírito!".

Esta exclamação diz muito sobre a sutileza desta indefinível realidade que Qí Bó 岐伯 começa sua exposição sobre o espírito ao Imperador Amarelo no capítulo 26 do Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn. A noção do espírito não é menos complexa a identificar que aquela do yīn yáng, dos cinco movimentos, do jīng e do qì! O espírito é invisível, não tem forma, é inaudível, é um puro yáng. Nós só podemos perceber o resultado de seus movimentos tal como a ação do vento sobre as nuvens.

Esta noção, no entanto, é um pouco menos difícil de ser compreendida pelo espírito ocidental. Contrariamente às noções de yīn yáng, dos cinco movimentos, do jīng e do qì, a noção do espírito está presente em todas as tradições, incluindo aquelas do Ocidente. Sobre este ponto em particular, a visão chinesa é menos radicalmente inédita. Ela é mais comparável a outras filosofias, religiões ou ciências esotéricas. Mas o olhar desta civilização nesta área se mantém, contudo, distinta e original.

Mais uma vez a tradução deste termo é difícil. Consciência organizadora, alma, poder espiritual são ainda termos muito limitados e ambíguos... Eu optei pelo termo "espírito", que não é o ideal mas suficientemente geral para convir. A próxima apresentação propõe a informação necessária para compreender o conceito dos três tesouros.

1 - Origem e especificidades do espírito no homem

A - Como é o espírito no homem?

Se estudarmos os diferentes dados da tradição taoísta, mesmo aqueles anteriores à introdução do budismo na China e aquelas da maioria dos textos médicos, é possível descrever o aparecimento do fenômeno shén (神) no homem.

As primeiras manifestações do espírito remontam à concepção do ser. O espírito original (yuán shén 元神) é o aspecto mais sutil e mais universal do indivíduo. Ele provém do sem manifestação (wú jí 无极), que alguns chamam também de o vazio supremo (tài xū 太虚) ou ainda o Dào (道). Parece que ele espera o encontro dos futuros pais para a união de seus respectivos jīng. Quando o jīng do pai (contido no esperma: jīng yè 精液) e da mãe (contido no sangue reprodutivo: jīng xuè 精血) se unem é que o espírito do bebê se fixa nesta estrutura de vida. Este evento lhe fornece um potencial de vitalidade, de dinamismo, de movimentos, de formas, de estruturas, de ritmos... Se o espírito não se fixa no embrião, um aborto espontâneo ocorre.

De certa maneira, podemos dizer que o espírito é o princípio organizador que está na origem da fusão do inato (características essenciais dos pais, dos ancestrais, da espécie, do indivíduo, jīng do céu anterior...) e do adquirido (ar, água, sabores, qì, estímulos sensoriais, emoções...). É ele que permite ao indivíduo alcançar a manifestação no plano terrestre. De qualquer forma, é essencial compreender que ele está na origem do próprio princípio da vida. Sem ele, não haveria projeto de vida: "O espírito existe (ou se acumula) então há vida, o espírito se vai, então há a morte", (Zǐ Qīng Zhǐ Xuán Jí - Coletânea do [mestre] da claridade púrpura que aponta para a origem misteriosa). Ele está na origem de todas as criaturas antes mesmo dos mecanismos de transformação do céu e da terra, do yīn e do yáng, como me parece nos indicar Liú Yī Míng, célebre mestre taoísta da dinastia Qing : "Os dez mil seres sem espírito não podem nascer, sem transformação não podem se realizar (se desenvolver), primeiramente há o espírito, em segundo há a transformação", (Sān Tóng Qì Zhí Zhǐ Jiān Zhù – Comentários sobre as instruções francas do testemunho do acordo dos três).

Da qualidade do jīng dos pais (e através deles de suas linhagens respectivas e de sua espécie) depende a qualidade da ancoragem do shén (神), portanto sua manifestação correta. É o que faz a tradição dizer que o espírito é produzido pelo jīng. Para se exprimir, o espírito tem necessidade de uma ancoragem permanente a fim de manter-se encarnado numa estrutura viva, caso contrário, sua natureza celestial, puramente yáng, o empurra para o céu de onde ele emana. O jīng deve, portanto, ser constantemente preservado, valorizado, conservado para enraizar e nutrir o espírito.

Desde o nascimento, é o encontro do jīng do céu anterior e do jīng do céu posterior tomado do ambiente que favorece a nutrição e o enraizamento incessantes do espírito no indivíduo. É a razão pela qual podemos dizer que o espírito é o fruto da união permanente dos jīng. "Os dois jīng que se auxiliam mutuamente são chamados de espírito" (Huáng Dì Nèi Jīng Líng Shū – capítulo 8).

神 天神引出萬物者也。天神引三字同在古音第十二部。从示。申聲。食鄰切。

Definição da palavra espírito: shén (神 - 神)
no Shuō Wén Jié Zì (Dicionário etimológico), aprox. 100 d.C.

B - O espírito é a raiz da vida, o governador do corpo físico

De acordo com os textos de referência, o espírito reside no coração, no cérebro ou em ambos. Qualquer que seja seu "quartel general" o shén (神) anima toda a vida psíquica e física do indivíduo. "O espírito ganha (*assume*) sua função, então é a prosperidade, o espírito perde sua função, então é a morte", (Nèi Jīng Yào Lüè – Manual sobre o clássico interno). "O espírito é a raiz da vida", (Hàn Shū – O livro dos Han – capítulo 62). Portanto, no plano da existência terrestre, é o aparecimento e o desaparecimento do espírito que determina a vida ou a morte. "Perder o espírito, é a morte, obter o espírito, é a vida" (Huáng Dì Nèi Jīng Líng Shū – capítulo 54).

Nós veremos mais adiante as relações específicas entre o shén, qì e jīng, mas é preciso lembrar-se que existe também uma complementaridade entre o espírito e a forma (ou o corpo físico). No homem, o espírito é indissociável do corpo. "A forma é o corpo do espírito, o espírito é o utilizador do corpo, sem espírito a forma não pode viver, sem a forma o espírito não tem vida", (Lèi Jīng – Clássico das classificações). O espírito é a parte mais yáng, enquanto que o corpo físico é o aspecto mais yīn. É o sentido do ensinamento taoísta: "O acúmulo de yáng verdadeiro torna-se (*produz*) o espírito (...) o acúmulo do yīn verdadeiro torna-se (*produz*) a forma", (Líng Bǎo Bì Fǎ – Métodos incomparáveis do tesouro espiritual). O yáng verdadeiro neste contexto é a energia mais yáng do céu, o yīn verdadeiro é a energia mais yīn da terra. O espírito é ligado ao yáng, ao céu, ao fogo. O corpo é ligado ao yīn, à terra, à água, ao jīng. "O corpo é casa da vida (...) o espírito é o governador da vida", (Huái Nán Zǐ - O mestre de Huai Nan).

C - O espírito é o mestre dos sentidos

Os cinco sentidos são um dos instrumentos mais privilegiados. Os orifícios dos órgãos dos sentidos (olhos, narinas, orelhas, boca) são considerados como os "orifícios puros do coração" e o coração é uma das moradas do espírito (assim como o cérebro). "As orelhas, os olhos, a boca são os assistentes do coração", (Tiān Jī jīng – Clássico dos mecanismos celestiais). Através deles, o espírito se informa sobre o mundo exterior e se comunica com ele. O bom funcionamento deles determina a acuidade da consciência. Trata-se da consciência em oposição ao sono ou à perda da consciência. É ela que permite uma participação ativa no mundo. Os sentidos são áreas de contato e de trocas que permitem ao espírito estar lúcido sobre o mundo exterior.

Além disso, são os suportes privilegiados da comunicação: nós escutamos, sentimos, vemos, saboreamos. O indivíduo recebe a informação vinda dos outros e se expressa, em resposta, pela boca, por suas mímicas, seus movimentos, suas atitudes, suas ideias, suas emoções... O espírito é o organizador final deste aparato sensorial, da informação, da linguagem, da troca, da comunicação. "O brilho do espírito (shén míng 神明), por natureza permite as percepções. Por exemplo, "[*graças à ela*] a orelha tem a capacidade de conhecer os cinco sons, os olhos tem a capacidade de conhecer as cores, o nariz tem a capacidade de conhecer os odores, a boca tem a capacidade de conhecer os sabores, a língua tem a capacidade de emitir os sons", (Xíng Sè Wài Zhěn Jiǎn Mó – Aplicações simples do exame exterior das formas e cores). "É o

espírito que faz as orelhas, os olhos, as mãos, os pés, ouvirem, verem, segurarem, andarem", (Shòu Shì Chuán Zhēn – Verdadeira transmissão da longevidade).

D - O espírito é o mestre da vida espiritual

Diz-se, às vezes, que o espírito está na origem da vida espiritual do indivíduo e lhe permite realizar sua missão mais nobre, seu mandato celestial. O mandato celestial ou o decreto do céu (tiān mìng 天命) é uma noção que evoluiu ao longo da história chinesa. Inicialmente, esta ideia foi elaborada pelos Zhou em 1121 a. C. (após a vitória deles sobre os Shang) para justificar o acesso ao poder e legitimar seu governo. De acordo com esta teoria, o céu tem como preocupação o bem-estar da humanidade. Para isso, ele dá o poder a um soberano capaz de trabalhar em favor do povo. Isto é o tiān mìng 天命: a aplicação da bondade do céu através de um dirigente. Quando uma dinastia deixa de ser o instrumento da justiça celestial, quando ela não corresponde mais ao mandato celestial, o céu simplesmente troca o governante. Como saber quando o tiān mìng 天命 "troca de mãos"? Quando, durante uma guerra, uma dinastia vence outra. O céu faz sempre ganhar aquele que é o mais adaptado às necessidades dos homens. É assim que os Zhou justificaram sua tomada do poder.

Mais tarde, esta noção evoluiu para algo mais amplo. Assim, Confúcio desenvolveu a ideia de que o mandato celestial deve ser aplicado por cada um de nós em relação aos nossos parentes. Isto significa que devemos lutar para favorecer o bem-estar de nossas crianças, de nossos pais, respeitando e venerando nossos ancestrais... Da mesma forma que o céu trabalha para o bem da humanidade, o indivíduo deve trabalhar para o bem de sua família num sentido amplo. Suas ações devem ser um reflexo da ordem moral universal em seu próprio núcleo familiar.

Mò Zǐ (墨子), "o anti-Confúcio", ampliou o dever de benevolência a todos os seres humanos. Quer dizer que devemos aplicar o mandato celestial não somente aos membros de nossa família, mas também a todos os seres que encontrarmos. Logicamente, estas atitudes morais dependem diretamente do espírito, ainda que este tenha necessidade do jīng e do qì para se realizar. Podemos considerar o mandato celestial como sendo a missão que o indivíduo deve assumir em relação à sua família, a seu círculo social e à humanidade para aplicar a ordem moral do céu. A missão do indivíduo consiste em conhecer e aplicar seu mandato celestial.

Tiān mìng (天命) tem relação direta com outro termo: mìng yùn (命运). Aqui mìng (命) se refere ao conjunto de capacidades, potenciais e também as fraquezas que cada ser possui ao nascer. É a natureza profunda do indivíduo. São as características essenciais com as quais ele deve realizar o mandato celestial. Yùn (运) se refere à manifestação, concretização deste potencial. É a aplicação do destino e das circunstâncias nas quais ele se expressa, para levar ou não a termo o mandato celestial. De maneira mais simples, tiān mìng (天命) deve ser compreendido como sendo o destino que o Céu atribui a uma pessoa.

E - O espírito e a observação da vitalidade do ser

Durante o diagnóstico chinês, dizemos que o praticante deve prestar atenção ao shén (神) do paciente. Neste sentido, o termo shén se refere à vitalidade que se exprime através do olhar, o comportamento, o pulso, o brilho da tez e a língua, a vivacidade nas palavras e a luz que transparece de maneira geral da pessoa observada. "Se temos o shén (神), é a prosperidade, se perdemos o shén, é a morte", (Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn, capítulo 13). Na tradição médica chinesa, se diz que os bons médicos são aqueles que podem entender o estado do paciente através da observação exterior do espírito.

F - As manifestações do espírito: shén míng (神明) e shén guāng (神光)

Dois termos são frequentemente associados ao shén (神): shén míng (神明) e shén guāng (神光). Shén míng é "a clareza de espírito" ou "o brilho do espírito" que representa a vivacidade, a acuidade, a força do espírito em seu funcionamento, sobretudo no nível mental e espiritual. Shén guāng é a "luz do espírito" que se refere à luz que emana de uma pessoa quando, após exercícios de alquimia taoísta interna, ela conseguiu purificar seu espírito. Por extensão, em medicina chinesa este último termo se refere também ao brilho que emana dos olhos de uma pessoa e que permite julgar se ela tem ou não vitalidade, em particular ao nível do espírito. "O espírito do coração se manifesta nos olhos", (Yī Shuō – Teorias médicas). "Os olhos são as portas do espírito", (Tiān Jī Jīng – Clássico dos mecanismos celestiais). "O verdadeiro espírito se encontra no cérebro, ele se difunde também nos olhos", (Xìng Mìng Fǎ Jué Míng Zhǐ – Instruções claras sobre os métodos para a natureza inata e a força vital).

欲煉元神如何
曰宜屏氣瞑目
穿膝坐伸兩手
上擎左右舉力
六七度叩齒嚥
液自無虛弱之
患



Técnica taoísta para cultivar o espírito original
(yuán shén 元神)
Extraído do Dáo Yǐn Tú 导引图
(Diagramas de dao yin)
publicado em 1875, dinastia Qing.

2- *Relações entre o espírito, o qì e o jīng*



"O espírito é gerado pelo qì, o qì é gerado pelo jīng, o jīng se transforma em qì, o qì se transforma em espírito. É a razão pela qual a raiz do qì é o jīng, o governador do espírito é o qì, a residência do espírito é a forma (xíng 形)", (Lèi Zhèng Zhì Cái – Discernimento terapêutico pela classificação de síndromes). Este texto não é o único a dizer que o espírito é gerado pelo qì e pelo jīng. No entanto, não se deve entender que o espírito seja o "produto final" do qì e do jīng.

É verdade que tudo é qì e que de certo modo o espírito é uma forma de qì, mas na visão dos três tesouros, o espírito é diferente do qì. É indiscutível que o espírito se encarna num indivíduo graças à reunião do jīng dos pais. Isto não quer dizer que o jīng fabrique concretamente o shén (神). Por outro lado, isto significa que o espírito depende do suporte, do acolhimento e da nutrição destes dois substratos para sua expressão no corpo. Sem sua sustentação permanente, o espírito não pode se manifestar e ficar no organismo.

"O jīng gera o qì, o qì tem a capacidade de gerar o espírito", (Jīn Dān Dà Yào – Principais pontos sobre a pílula da imortalidade). "O jīng tem a capacidade de gerar o qì, o qì tem a capacidade de gerar o espírito", (Lèi Jīng – Clássico das classificações). Quando os textos médicos ou taoístas dizem que o jīng ou o qì "geram" o espírito, é preciso entender "nutrem", "enraízam", "favorecem" e a ideia original é mais próxima de: "Para os estudiosos [dos métodos] para nutrir a vida (yǎng shēng 养生), o primeiro tesouro é o jīng. O jīng está pleno (*isto é, abundante*) então o qì está forte, o qì está forte então o espírito está vigoroso, o espírito está vigoroso então o corpo está saudável e as doenças são raras. No interior os cinco órgãos zàng estão excelentes, no exterior a pele é luminosa, a tez é esplêndida, as orelhas e os olhos tem uma boa acuidade, ganhamos vigor com a idade, o espírito é forte", (Jīn Dān Dà Yào – Principais pontos sobre a pílula da imortalidade).

O bom estado do jīng e do qì favorece a manifestação do espírito e a saúde do corpo físico. Em termos tão próximos, alguns textos médicos sustentam a mesma coisa: "O jīng está pleno então o qì está próspero, o qì está próspero então o espírito está perfeito, o espírito está perfeito então o corpo está saudável, o corpo está saudável então as doenças são raras", (Lèi Jīng – Clássico das classificações). Logicamente, se a prosperidade do jīng e do qì favorece a expressão do espírito, a fraqueza deles sinaliza também seu declínio: "O jīng e o qì são prósperos então o espírito também próspera (...) o jīng e o qì estão esgotados e fracos, então o espírito também está esgotado e fraco", (Tiān Xiān Zhèng Lǐ Zhí Lùn Zēng Zhù – Tratado direto sobre os princípios corretos dos imortais celestiais com comentários adicionais). "Pela visão da alquimia (*interna*) o primeiro ponto é proteger o jīng, [se] o jīng falta então o qì falta, o qì falta então o espírito está fraco, o espírito está fraco então o fogo verdadeiro declina, a fornalha obrigatoriamente está fria (...) a doença aparece e certamente vamos morrer", (Tiān Xiān Dào Jiè Jì Xū Zhī – Conhecimentos necessários sobre os preceitos e as interdições do caminho da imortalidade celestial).

Na alquimia taoísta, chamamos o processo natural de criação da vida no homem comum: "ir no sentido da corrente" shùn (顺). Para obter a imortalidade, o taoísta remonta à contracorrente este mecanismo de acordo com diferentes etapas precisas até a reintegração da origem de todas as coisas: o tài xū (太虚). Este processo é chamado "inversão" (nì 逆). Qual a relação com a medicina chinesa? O texto a seguir tem vários pontos importantes: 1 – Descreve precisamente a origem da vida e demonstra que no homem o espírito existe antes do jīng, antes do qì e que na visão taoísta, o shén (神) não é o produto do jīng e do qì, mesmo se esta manifestação terrestre é indissociável daqueles dois substratos. 2 – Enfatiza a importância dos três tesouros e de sua proteção, de sua preservação para uma boa saúde. 3 – Demonstra que os métodos de saúde que chamamos de yǎng shēng (养生) vem de uma tentativa de alcançar a imortalidade com a ajuda de técnicas de alquimia interna:

"Qual é o significado de "ir no sentido da corrente" (shùn 顺)? O Um gera o Dois, o Dois gera o Três, o Três gera os dez mil seres. O vazio[23] se transforma em espírito (shén 神), o espírito se transforma em qì, o qì se transforma em jīng, o jīng se transforma em corpo, com um corpo torna-se um indivíduo. Qual é o significado de inversão (nì 逆)? Os dez mil seres estão contidos no Três, o Três retorna ao Dois, o Dois retorna ao Um. Conhecer o Dào é: um espírito alegre, um corpo protegido, nutrir o corpo aperfeiçoando o jīng, acumular o jīng a fim de que ele se transforme em qì, refinar o qì para se unir ao espírito, refinar o espírito para retornar ao vazio, [então] a pílula da imortalidade é produzida", (Jīn Dān Dà Yào – Principais pontos sobre a pílula da imortalidade).

É o espírito que comanda qì e jīng no corpo humano. Isto é claramente mencionado por Zhāng Jiè Bīn no Lèi Jīng (Clássico das classificações): "O nascimento do espírito vem do jīng e do qì, no entanto aquele que governa e aciona o jīng e o qì é o espírito no nosso coração". Esta ideia já fazia parte dos ensinamentos de Huái Nán Zǐ (O mestre de Huai Nan): "O corpo abriga a vida, o qì preenche (*isto é*) a vida, o espírito controla a vida. Se um falhar em seu trono (*isto é, em seu papel*) então os três serão lesados". Textos do yǎng shēng (养生) exprimem claramente a primazia do espírito: "O corpo é como um país. O espírito é como um soberano, [se] o soberano é bom então o país é (*bem*) governado. O qì é como o povo, [se] o povo se reúne então o país é forte. O jīng é como a riqueza, [se] a riqueza se acumula então país é rico", (Shòu Shì Chuán Zhēn – Verdadeira transmissão da longevidade). Os textos taoístas também sustentam esta ideia: O espírito é o governador do jīng qì", (Yù Qīng Jīn Sì Qīng Huá Mì Fāng Jīn Bǎo Shuò Dān Jué – Instruções sobre o tesouro de alquimia e dos métodos secretos da cesta de ouro e da transparência de jade por [O imortal] Qing Hua).

O Huáng Tíng Jīng Jiǎng Yì 黄庭经讲义 (Manual sobre o clássico da corte amarela), uma obra taoísta contemporânea, confirma este fato: "jīng, qì, espírito, (...) No estudo de alquimia interna, estes três estão intimamente ligados se nutrindo mutuamente. Eles não podem ser separados. O espírito original (yuán shén 元神) é o comandante. Ele é a chave do sucesso de alquimia interna. O espírito governa o qì e desta

23. Trata-se do vazio supremo (tài xū 太虚), o universo manifestado, não diferenciado, que chamamos também sem manifestação (wú jí 无极) ou Dào (道).

forma refina o jīng". Certamente o espírito não pode se manifestar no mundo sem uma forma e um dinamismo, ou seja, sem o jīng e o qì, mas é ele quem mantém o mais alto comando. É por isso que alguns clássicos explicam que o espírito é a fonte fundamental da vida: "O espírito é a raiz da vida e da morte do homem", Shèn Zhāi Yí Shū – Livro póstumo de Shen Zhai). Outros textos dizem que ele governa todas as coisas: "O jīng original é como uma pérola, como o orvalho, é absolutamente puro, ele nutre e enriquece os cem ossos.

O qì original é como uma fumaça, como uma bruma, ele atravessa os cem vasos. O espírito original é o que há de mais espiritual, é o mais sábio, ele rege (domina/controla/comanda) todas as coisas", (Xiū Zhēn Hòu Biàn – Discussão mais aprofundada para cultivar a Realidade [perfeição]).

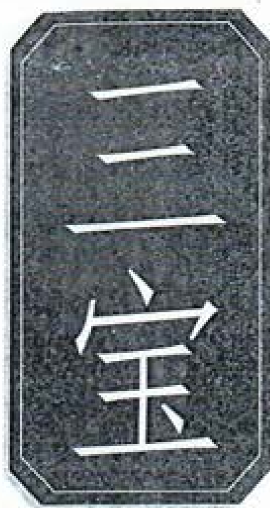
A interação entre jīng, qì e shén é claramente resumida no Yǎng Shēng Sān Yào (Os três pontos essenciais yǎng shēng): "O acúmulo do jīng é para nutrir o qì, nutri o qì é para preservar o espírito. O espírito para o qì é como a mãe para o filho, assim quando o espírito se condensa o qì se acumula, o espírito se dispersa então o qì se dissipa. Entesourar o jīng e o qì sem prestar atenção em preservar o espírito é cuidar das flores negligenciando as raízes". Esta passagem afirma claramente que o espírito é o aspecto mais fundamental do corpo, mesmo sendo dependente da nutrição do jīng e do qì.

Além disso, a qualidade da vida psíquica do indivíduo repousa na saúde do corpo físico e uma fisiologia equilibrada repousa no psiquismo são. Corpo e espírito se influenciam reciprocamente. Uma relação equilibrada entre jīng, qì e espírito é, portanto, fundamental para a saúde do indivíduo. "No homem há três fenômenos extraordinários: o jīng, o qì e o espírito que são as raízes da vida. O jīng está lesado, então o qì não é mais produzido. O qì está lesado então o espírito não é gerado", (Shí Fāng Gē Kuò – Prescrições contemporâneas em canções). Para estar em boa saúde, o espírito deve estar pacífico e harmonioso. Em caso contrário, ele se perderá: "O espírito galopa (se acelera) então o qì se dispersa, o qì se dispersa então o jīng também, o jīng se esgota então o homem morre", (Xìng Mìng Fǎ Jué Míng Zhǐ – Instruções claras sobre os métodos para a natureza inata e a força vital). É a razão pela qual a tradição do yǎng shēng (养生) repete inúmeras vezes as leis de harmonia e da longevidade: "Nutrir o qì e manter o espírito intacto", "Acumular o jīng e manter o espírito intacto", "Recolher o qì, preservar o jīng, nutrir o espírito". O Tài Píng Jīng (Clássico da grande paz), por sua vez, diz que: "Para ter uma longa vida, é necessário manter o qì e unir o espírito, não dispersar o jīng. Unir os três tesouros em um, assim se obtém a grande paz".

As relações do espírito, do jīng e do qì são essenciais e indissociáveis para a expressão da vida no indivíduo. No entanto, cada um destes tesouros tem suas próprias especificidades que poderiam ser resumidas pelo pensamento de Shòu Shì Chuán Zhēn (Verdadeira transmissão da longevidade): "O jīng nutre o corpo, o qì transporta (*mobiliza*) o corpo, o espírito decide [o que fazer] o corpo.. O qì aciona as orelhas, os olhos, as mãos e os pés; é o espírito que faz executar a ação; é o jīng [que faz com que] o acionamento seja forte ou fraco".

Conclusão sobre os Três Tesouros

SĀN BǍO



Unidade/globalidade dos três tesouros

O estudo dos três tesouros permite apreender a maneira pela qual o pensamento chinês considera o ser humano e sua criação. Ele é fundamental para compreender a fisiologia humana.

O primeiro ponto capital que destaca este sistema é que o ser humano não é unicamente constituído de um corpo e um espírito. Um terceiro elemento essencial tem um papel incontornável: o qì. É esta dimensão que o Ocidente e a ciência moderna têm dificuldade de assimilar e, às vezes, ignora. No entanto, o qì tem relação com a maioria das doenças. Às vezes tem, inclusive, um papel chave na patologia. Nos problemas ditos funcionais, por exemplo, a causa emocional é frequentemente citada pela medicina convencional, impotente diante deste tipo de desordem. Ora, o qì é frequentemente a causa da desordem. Como ela é ignorante deste fato e como não tem nenhum tratamento adequado, é totalmente ineficaz[24]. A medicina chinesa integrando a noção do qì na compreensão dos fenômenos e de seus tratamentos alargou consideravelmente seu campo de ação e de eficácia. Ele tem uma visão bem mais completa e global.

O segundo ponto capital é que a teoria dos três tesouros mostra claramente que os Chineses consideram que o espírito e o corpo de uma pessoa são apenas um e que são indivisíveis. Para eles, a questão da separação corpo-espírito simplesmente não existe. Ela é específica da nossa cultura. "A forma é o corpo do espírito, o espírito é o utilizador do corpo, sem espírito a forma não pode viver, sem a forma o espírito não tem vida", (Lèi Jīng – Clássico das classificações). A noção de unidade/globalidade dos três tesouros demonstra que o fato de equilibrar o espírito tem uma ação sobre o qì, sobre o jīng, sobre a forma. O fato de equilibrar o corpo tem uma ação sobre o espírito, o qì e o jīng. O fato de equilibrar o qì tem uma ação sobre o espírito, a forma e o jīng, o fato de equilibrar o jīng tem uma ação sobre o espírito, o qì e a forma. Os diferentes níveis do ser são acessíveis simultaneamente simplesmente pelo fato de que eles se interpenetram de maneira íntima. É por isso, por exemplo, que o médico chinês pode alcançar o espírito trabalhando sobre o corpo. É por isso que ele pode tratar problemas psíquicos regularizando os órgãos que produzem as emoções...

Qì, jīng e shén formam um todo, uma unidade/globalidade. "O jīng, o qì, o espírito, os três tesouros são unidos e formam um só", (Xìng Mìng Fǎ Jué Míng Zhǐ – Instruções claras sobre os métodos para a natureza inata e a força vital). A interação dos três tesouros pode ser resumida da seguinte maneira:

24. Mas reembolsado pelo seguro social.

- O espírito aparece no momento da concepção, quando o jīng do pai e da mãe se unem.
- Na concepção, o espírito se encarna numa estrutura de vida (o jīng) que lhe permite se ancorar e se manifestar.
- O jīng representa o potencial vital colocado à disposição do espírito para se expressar: forma, estrutura, dinamismo, movimento, vitalidade...
- Após ser encarnado, o espírito governa o qì de acordo com as possibilidades pré-definidas do plano de vida (jīng) para organizar as formas (xíng 形) e gerar um corpo.
- Ao longo de toda a existência, o espírito deve ser "re-gerado", "re-ancorado", nutrido em permanência graças a um aporte constante de jīng e de qì. Um jīng e um qì abundantes induzem uma renovação eficaz do espírito lhe permitindo se manifestar de maneira esplendorosa.
- Como jīng do céu anterior é dado no nascimento em quantidade limitada, deve ser nutrido, preservado, completado pelo aporte regular de jīng do céu posterior proveniente do ambiente. É a combinação dos dois que nutre o espírito.
- O qì é responsável pela produção e pela assimilação do jīng do céu posterior.
- Um qì abundante promove uma produção intensa de jīng do céu posterior.
- O excedente de qì no corpo se condensa em jīng.
- A todo o momento, de acordo com as necessidades, o jīng pode se transformar em qì.
- O jīng está associado ao aquecedor inferior, o qì ao aquecedor central e o espírito ao aquecedor superior.
- As técnicas de alquimia taoísta consistem em refinar o jīng para transformá-lo em qì, refinar o qì para transformá-lo em espírito, refinar o espírito para fazê-lo se reintegrar sua origem: o tài xū (太虚), o vazio supremo ou wú jí (无极), o sem manifestação ou ainda o Dào (道).

Concluindo, os três tesouros são inseparáveis e indispensáveis para a expressão da vida, sabendo que cada um deles tem um papel específico e capital, que pode se resumir assim:

O jīng condiciona a vida: é a Estrutura Vital
O qì põe a vida em movimento: é o Dinamismo Vital
O espírito organiza a vida: é a Consciência Vital
A associação do jīng, qì e o espírito: é a vida.

"Para nós, o corpo inteiro se baseia na suficiência de jīng, de qì e do espírito. [Em caso de] suficiência [dos três tesouros], então o corpo vive, [em caso de] insuficiência o corpo morre". (Shòu Shì Chuán Zhēn – Verdadeira transmissão da longevidade).

GLOSSÁRIO DE TERMOS MÉDICOS CHINESES

Terminologia referente à teoria dos Três Tesouros. Trata-se de um "mínimo cultural" que todo estudante de medicina chinesa deve conhecer mesmo que não tenha a ambição de estudar o chinês médico, pois estas expressões fazem parte da base teórica da medicina chinesa.

TEORIA DOS TRÊS TESOUROS (SĀN BǍO 三宝)

PINYIN	PORTUGUÊS	CHINÊS MODERNO
ān jīng shén	Acalmar o espírito	安精神
ān shén dìng zhì	Acalmar o espírito, acalmar as emoções.	安神定志
ān shén yào	Substâncias medicinais que acalmam o espírito	安神药
ān xīn shén	Acalmar o espírito do coração	安心神
bǔ shèn gù jīng	Tonificar os rins, reforçar o jīng.	补肾固精
bǔ shèn shè jīng	Tonificar os rins, manter o jīng.	补肾摄精
bǔ shèn yì jīng	Tonificar os rins, apoiar (aumentar) o jīng.	补肾益精
bǔ yì jīng súi	Tonificar e apoiar (aumentar) o jīng e a medula	补益精髓
bǔ yì jīng xuè	Tonificar e apoiar (aumentar) o jīng e o sangue	补益精血
dé shén	Boa vitalidade	得神
duó jīng	Esgotamento do jīng	夺精
fǔ shū jīng yú zàng	Vísceras-Fu transportam o jīng em direção aos órgãos-Zang	腑输精于脏
gù jīng	Reforçar o jīng	固精
hòu tiàn	Céu posterior	后天
hòu tiàn shī tiáo	Desregulamento do céu posterior	后天失调
hòu tiān zhī jīng	Jīng do céu posterior	后天之精
hòu tiān zhī běn	Raiz do céu posterior	后天之本
jiǎ shén	Falsa vitalidade	假神
jīng	Jīng. Princípio vital, essência.	精
jīng bù zú zhě bǔ zhī yǐ wèi	A insuficiência de jīng é corrigida ao empregar os sabores	精不足者补之以味
jīng fáng	Câmara do jīng	精房
jīng fǔ	Palácio do jīng	精府
jīng guān	Barreira do jīng	精关
jīng míng zhī fǔ	Palácio do jīng luminoso (ou seja, a cabeça)	精明之府
jīng néng huà qì	Essência tem a capacidade de se transformar em qì	精能化气
jīng qì	Jīng qì. Qì essencial.	精气
jīng qì duó	Esgotamento do jīng qì	精气夺
jīng qì duó zé xū	(Quando) Jīng qì está esgotado, então (está) vazio.	精气夺则虚
jīng qì hù huà	Transformação mútua da essência e do qì.	精气互化
jīng qì xué shuō	Teoria do jīng qì (do qì essencial).	精气学说
jīng shén	Espírito	精神
jīng shén bú zhén	Espírito deprimido/apático	精神不振

PINYIN	PORTUGUÊS	CHINÊS MODERNO
jīng shén chí dùn	Torpor mental	精神迟钝
jīng shén dāi dùn	Debilidade mental. Estupidez.	精神呆钝
jīng shén dāi zhì	Lentidão mental. Debilidade mental.	精神呆滞
jīng shén pí bèi	Esgotamento do espírito (do mental)	精神疲惫
jīng shén pí juàn	Fadiga mental	精神疲倦
jīng shén wěi mí	Apatia mental	精神萎靡
jīng shì	Câmara do jīng	精室
jīng suǐ xū kuī	Vazio da medula essencial	精髓虚亏
jīng tuō	Perda do jīng	精脱
jīng wēi	Jīng sutil (dos alimentos)	精微
jīng xuè	Jīng sangue. Jīng e sangue. Sangue uterino reprodutivo.	精血
jīng xuè bù zú	Insuficiência do jīng sangue	精血不足
jīng xuè tong yuan	Jīng e sangue tem da mesma origem.	精血同源
jīng yè	Esperma	精液
nǎo wéi yuán shén zhī fǔ	Cérebro é o palácio do espírito original	脑为元神之府
níng xīn shén	Tranquilizar o espírito do coração	宁心神
qì	Qì	气
sān bǎo	Três tesouros (ou seja jīng, qì, shén)	三宝
sān cái	Três potências (ou seja , céu, homem, terra)	三才
sān qí	Três mistérios (jīng, qì, shén)	三奇
shén	Espírito. Vitalidade	神
shén bù shǒu shě	Espírito não permanece em sua morada	神不守舍
shèn cáng jīng	Rins armazenam o jīng	肾藏精
shén guāng hào sàn	Luz do espírito dispersa (ou seja, falta de vitalidade no olhar)	神光耗散
shén hūn bù qīng	Perda de consciência. Coma.	神昏不清
shèn jīng	Jīng dos rins	肾精
shèn jīng bù zú	Insuficiência do jīng dos rins	肾精不足
shèn jīng gān xuè	Jīng dos rins e sangue do fígado	肾精肝血
shèn jīng kuī xū	Deficiência do jīng dos rins	肾精亏虚
shèn jīng xū	Deficiência do jīng dos rins	肾精虚
shén juàn	Lassitude do espírito. Fadiga mental.	神倦
shén juàn fá lì	Lassitude do espírito e falta de força. Fadiga mental e física.	神倦乏力
shén míng	Brilho do espírito. Clareza de espírito.	神明
	Luz espiritual. Luz do espírito.	
shén pí	Fadiga do espírito. Fadiga mental.	神疲
shén pí fá lì	Fadiga do espírito e falta de força. Fadiga mental e física.	神疲乏力
shén qì bù zú	Insuficiência de vitalidade	神气不足
shén shì méng lóng	Espírito enevoado	神识蒙眬
shén shuāi	Enfraquecimento do espírito. Fraqueza do espírito.	神衰

PINYIN	PORTUGUÊS	CHINÊS MODERNO
shén zhì	Capacidade realizadora (espírito dos rins). Consciência (oposição à perda de consciência).	神志
shén zhì bù qīng	Perda de consciência. Coma	神志不清
shén zhì dàn mò	Apatia	神志淡漠
shén zhì hūn hú	Espírito confuso	神志昏糊
shēng jīng yì suí	Gerar o jīng, apoiar (aumentar) a medula.	生精益髓
shēng zhí zhī jīng	Jīng da reprodução	生殖之精
shī shén	Perda do Shen (ou seja, da vitalidade)	失神
shuǐ gǔ	Água e grãos (ou seja, alimentação)	水谷
shuǐ gǔ jīng wēi	Jīng sutil da água e dos grãos (sinônimo de shuǐ gǔ zhī jīng-水谷之精)	水谷精微
shuǐ gǔ zhī jīng	Jīng da água e dos grãos	水谷之精
suǐ	Medula	髓
suǐ hǎi	Mar da medula	髓海
suǐ zhī fǔ	Palácio da medula	髓之府
tiān guǐ	1- substância derivada do jīng Qì dos rin, 2- Yīn jīng dos rins, 3- menstruação	天癸
tiān mìng	Mandato celestial	天命
tiān qì	Qì do céu	天气
tiān rén dì	Céu, homem, terra.	天人地
tiān rén xiāng yìng	Céu e homem estão em ressonância mútua. Céu e homem se correspondem mutuamente.	天人相应
wèi qì	Qì defensivo	卫气
wèi yáng	Yang defensivo (sinônimo de wèi qì-卫气)	卫阳
wǔ shén	Cinco espíritos	五神
xiān tiān	Céu anterior	先天
xiān tiān zhī jīng	Jīng do céu anterior	先天之精
xīn cáng shén	Coração armazena o espírito	心藏神
xíng	Forma. Corpo físico (abreviação de xíng tǐ - 形体)	形
xíng tǐ	Forma. Corpo. Constituição física.	形体
yǎng shēng	Nutrir a vida (Método de saúde = prevenção e longevidade).	养生
yíng qì	Qì nutritivo	营气
yíng wèi	Nutritivo e defensivo	营卫
yíng yīn	Yīn nutritivo (sinônimo de yíng qì - 营气)	营阴
yuán qì	Qì original	元气
yuán shén	Espírito original	元神
yuán yāng	Yáng original	元阳
yuán yīn	Yīn original	元阴
zàng	Órgão-zàng (yīn)	脏
zhēn qì	Qì verdadeiro	真气
zōng qì	Qì confluente	宗气

CAPÍTULO 2

O YĪN E O YÁNG

阴阳

"O céu e a terra são a grande forma, o yīn e o yáng são o grande qì",
(Zhuāng Zi).

"Os dez mil seres são suportados nos ombros do yin e abraçados pelo yàng",
(Lăo Zi)

A NATUREZA DE UM ENSINO TRADICIONAL

"Yīn e Yáng" é provavelmente a expressão chinesa mais conhecida do grande público ocidental. É também a mais profanada, utilizada em todas as misturas para orientalizar idéias ou mercadorias mais esquisitas. No entanto, é uma teoria essencial a partir da qual a medicina chinesa se desenvolveu e atingiu seu auge.

O ensino da medicina chinesa, assim como muitos ensinamentos tradicionais, se caracteriza por dois pontos:

1- Os princípios fundamentais sobre os quais se apoia o corpo teórico parecem fáceis e são apresentados no início do estudo. Na realidade estas noções são muito mais complexas do que se imagina e não são dominadas antes de muitos anos de estudos perseverantes e compenetrados.

2- O ensino não é linear. É uma espiral que gira de forma centrífuga e centrípeta. Isto significa que o Yīn Yáng permite compreender novas teorias e que estas novas teorias nos ajudam a melhor captar a sutilidade destas duas noções primordiais. Este método permite abordar os conceitos essenciais através de vias distintas e complementares afim que diferentes níveis de consciência sejam alcançados. Acrescenta-se aqui a vertente da repetição que é importante neste tipo de conhecimento

A compreensão profunda dos princípios universais do Yīn Yáng demanda vários anos. No entanto, estes conceitos são indispensáveis no corpo de estudos da medicina chinesa antes mesmo de estarem verdadeiramente integrados. Como resolver este dilema ? O Yīn Yáng deve ser sentido no interior do ser. Isto se faz frequentemente de forma espontânea graças à perseverança e do trabalho por um longo período. O Yīn Yáng não é suficente para dominar a medicina chinesa mas ele é incontornável, indispensável, essencial. É a linguagem de base deste sistema médico. É por isso que Zhāng Jiè Bīn, um dos grandes mestres da medicina chinesa, disse: "O ponto essencial no estudo da medicina

é simplesmente o Yīn Yáng". Sendo este assunto de uma complexidade infinita, eu não tenho a pretensão, neste capítulo, de oferecer uma síntese definitiva e exaustiva sobre o Yīn Yáng ou, ainda, dar lições aos meus colegas. Apresento simplesmente o mínimo necessário para uma abordagem correta do aprendizado da medicina chinesa.

Importância capital da cultura, pensamento e língua chinesa

A dificuldade para um ocidental em assimilar tais conceitos deve-se, no meu ponto de vista, à dois aspectos fundamentais. Primeiramente, é absolutamente impossível penetrar nestes conceitos isolando-os de seu contexto cultural, filosófico e linguístico. O conhecimento da língua chinesa, particularmente na sua forma escrita, é uma necessidade. Sem esta chave, não há nenhuma esperança de assimilar em profundidade idéias tão sutis como Yīn Yáng, cinco movimentos, três tesouros, Qì, etc. É só quando se assimila esta civilização "internamente" que isto torna-se uma evidência.

Em segundo lugar, e isto tem uma ligação direta com o que foi dito anteriormente, o pensamento chinês foge ao conceito, à definição e ao raciocínio cartesiano e linear. O funcionamento mental de um oriental é completamente diferente de um ocidental. Os chineses descrevem sua concepção de mundo por alegorias, símbolos, analogias, mitos, pela história[1], relatos, anedotas. A analogia tem um lugar essencial. Nossa maneira de pensar originariamente não foi feita para penetrar nos mais íntimos segredos desta medicina. Então, é indispensável passar pela língua, pelo estudo do pensamento e da civilização chinesa. Eu também aprendi mais sobre a medicina chinesa fazendo e comendo raviolis (jiǎo zǐ 饺子) na casa dos meus amigos e professores chineses do que nos cursos de acupuntura de meus professores franceses. Esta observação não é um delírio ocidental em busca de algo exótico, é uma constatação real. Isto não significa que é preciso obrigatoriamente estudar em chinês, mas pelo menos ter professores que tenham feito esforços para abordar a medicina chinesa através da trama cultural, linguística e filosófica da China antiga, com verdadeiro conhecimento e humildade frente à Tradição, com um autêntico respeito à herança dos Antigos.

Por todas estas razões é que nós vamos num primeiro momento recolocar o conceito yīn/yáng em seu contexto histórico e, em seguida, filosófico afim de integrar pouco a pouco as primeiras sutilezas destes dois princípios. Graças a isso, num segundo momento, aplicaremos com mais fluidez estas noções à teoria médica. Devemos ter em mente que a despeito de seu aspecto abstrato, a compreensão deste capítulo, como aquele dos cinco movimentos e dos três tesouros, é absolutamente necessária para o desenvolvimento mais técnico e mais profundo da medicina chinesa.

---

1. Na China a história assume uma função que, na nossa civilização, é reservada à religião e à mitologia. É a história que se espera que explique o sentido profundo da vida, da sociedade, do homem, através do relato dos fatos do passado. Razão pela qual, por exemplo, o Shǐ Jì 史记 (Memórias históricas) do inevitável Sī Mǎ Qiān 司马迁 (145 – 87 A.C.) influenciou toda a intelectualidade chinesa através dos tempos, pelo menos até século XIX.

Importância dos clássicos e do Nèi Jīng (Clássico interno)

Antes de começar, eu gostaria de chamar a atenção para um ponto crucial. Muitas pessoas dizem que a medicina chinesa é "tradicional" sem, no entanto, explicar o que isto significa. Uma medicina tradicional é um conjunto de princípios, regras, leis, ritos, experiências comuns e de um saber -fazer que caracterizam um abordagem médica específica. Ela é frequentemente ligada a um país, uma cultura, uma língua, como por exemplo, a medicina tibetana e a medicina ayurveda. Na China, a medicina é transmitida de duas maneiras.

Primeiro existe a transmissão oral. Ela é feita frequentemente no seio de linhagens familiares ou pelo menos entre mestres e discípulos. Neste contexto, a noção de segredo é forte e o conhecimento quase inacessível àqueles que não fazem parte do pequeno núcleo de iniciados. Depois existe a transmissão escrita. A China é um povo da escrita. Há muito tempo que o conhecimento universal da medicina chinesa é transmitido através de livros fundamentais. Eu os chamo de "clássicos", o termo que se utiliza para traduzir "jīng 经". Ao longo de toda esta obra, eu justificarei cada idéia essencial por trechos extraídos destes grandes livros históricos.

Certamente o mais importante de todos é o Huáng Dì Nèi Jīng (黄帝内经), o clássico interno do Imperador Amarelo, de forma simplificada é também chamado Nèi Jīng (内经) (Clássico interno). Ele é considerado como a obra mais antiga da medicina chinesa. É a "Bíblia" fundadora que apresenta as bases teóricas da medicina chinesa. Utiliza abudantemente a teoria yīn yáng e os cinco movimentos que juntos constituem a linguagem, a matriz de pensamento do sistema.

O termo jīng 经 designa os livros cuja importância é fundamental para o estudo de um domínio. Segundo historiadores e especialistas chineses, uma parte dos textos do Nèi Jīng (Clássico interno) foi redigida durante o período dos Reinos Combatentes (475 à 221 A.C.) e completada durante as épocas seguintes, em particular os Han (206 A.C. – 200 D.C.) e também sob os Tang (618-907). Apenas no início da era dos Han ocidentais (206A.C. – 25 D.C) que o essencial destes textos começou a ser reagrupada em um único livro.

O Nèi Jīng (Clássico interno) é composto de duas partes: o Sù Wèn 素问 (Questões Simples) e o Líng Shū 灵枢 (Eixo Espiritual). Cada uma de suas partes é composta de 81 capítulos (9 x 9): o número 9 é o da perfeição, das coisas finalizadas e completas. Este clássico é considerado há pelo menos 2000 anos como uma obra absolutamente indispensável para aprender a medicina chinesa. Ele foi o ponto de partida do desenvolvimento teórico de numerosas correntes médicas. A grande maioria dos médicos famosos que elaboraram esta tradição médica partiram desta obra. Ela é reconhecida por todos como a referência absoluta e indiscutível.

A versão atualizada do Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn foi revisada por Wáng Bīng sob a dinastia Tang (618-907), enquanto a do Huáng Dì Nèi Jīng Líng Shū foi revisada e completada por Shǐ Sōng 史崧 sob a dinastia

Song do Sul (1127-1279). O texto é um diálogo, frequentemente sob forma de questões-respostas, onde os dois principais protagonistas são Huáng Dì 黄帝 o Imperador Amarelo, seu instrutor Qí Bó 岐伯, e mais raramente Léi Gōng 雷公, um médico especialista em farmacologia.

Como o Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn (Questões Simples do Clássico Interno do Imperador Amarelo) e o Huáng Dì Nèi Jīng Líng Shū (Eixo Espiritual do Clássico Interno do Imperador Amarelo) são frequentemente citados nesta obra e com o objetivo de simplificar o texto, eu omito suas traduções em português para manter a romanização em pinyin.



Os três principais personagens do Nèi jīng - Huáng Dì, Qi Bó e Léi Gōng
Extraído do Bĕn Cǎo Mĕng Quán 本草蒙筌 *(Introdução à matéria médica)*
De Chén Jiā Mó 陈嘉谟*, entre 1573 e 1620*

I - YĪN YÁNG : UM POUQUINHO DE HISTÓRIA

Mesmo já podendo observar traços destes dois princípios fundamentais na dinastia Shang (aproximadamente século XVIII ao século XI a.C), a utilização dos termos yīn yáng parece ter aparecido mais explicitamente pela primeira vez na obra de um cientista do século VIII a.C., sob a dinastia Zhou Ocidental (século XI – 771 a.C), chamado Bó Yáng Fù (伯阳父). Ele explicava os fenômenos naturais em termos de yīn e yáng : "O yáng foi escondido e não podia mais sair, o yīn foi restringido e não podia mais evaporar, houve um tremor de terra". Ele atribuiu o tremor de terra a desarmonia dos movimentos de duas forças opostas presentes no centro da terra. "O yáng extremo é seguido do yīn, o yīn extremo é seguido do yáng, o sol exausto retorna, o sol está pleno ele desce". Esta frase anuncia uma das maiores leis do yīn yáng que é o crescimento/decrescimento antagônico destas duas entidades. Em sua origem o yīn e o yáng foram utilizados para descrever o que era observado na natureza. Desde o início são empregados como princípio de estudo e explicação dos

fenômenos naturais : as idas e vindas da lua e do sol, o ciclo das estações, a alternância do dia e da noite, a oposição entre a luz e a escuridão, ou o que está perto e longe, alto e baixo, grande e pequeno... O texto taoísta que se segue é uma bela demonstração deste princípio :

"O qì da terra sobe, se eleva e torna-se nuvens, se dispersa e torna-se chuva. O qì do céu desce, se dispersa e torna-se névoa, se condensa e torna-se orvalho. O acúmulo de yin é extremo então o orvalho torna-se chuva, depois geada, depois neve. O acúmulo de yáng é extremo então a névoa torna-se nevoeiro, depois nuvens, depois nuvens escurecidas. No centro do yīn se esconde o yáng, o yáng qì não sobe, ele se choca provocando um raio. No centro do yáng, o yīn se esconde, o yīn qì não descende, ele se solidifica e provoca granizo e neve derretida. O yīn e o yáng não estão unidos, estão frente à frente e geram um raio. O yīn e o yáng não são casados, sua união é desorganizada e provoca um arco-íris", (Líng Bǎo Bì Fǎ – Métodos incomparáveis do tesouro espiritual).

Apesar destas premissas, a maioria dos especialistas estão de acordo que a teoria do yīn yáng foi verdadeiramente apresentada sob os Han (206 a.C. – 220 d.C.). Ela foi influenciada pelo pensamento taoísta de Lǎo Zǐ e Zhuāng Zǐ, mas principalmente pelo Yì Jīng, o clássico das mutações. Este monumento da civilização chinesa foi a obra que iniciou e fundou a corrente filosófica do yīn yáng : "O Dào instituído no céu é o yīn e o yáng", "O Dào é o yīn e o yáng". Alguns especialistas chineses consideram hoje em dia que é neste texto canônico que foi utilizado pela primeira vez a doutrina do yīn yáng enquanto metodologia dialética para explicar os fenômenos do universo. Estes conceitos serviram de base essencial para uma escola de pensamento do século III a.C., "a escola do yīn yáng", criada pelo legendário Zōu Yǎn (邹衍).

Desde então, a doutrina do yīn yáng não parou de influenciar a sociedade chinesa em todas as áreas: filosofia, arte, astrologia, clarividência, ciência, estratégia marcial, política, etc. Em medicina chinesa é a base de todo o corpo teórico, tanto no plano filosófico quanto técnico. O Huáng Dì Nèi Jīng (clássico interno do Imperador Amarelo), bíblia fundadora da medicina chinesa, chama a atenção para este conceito em todos os aspectos da medicina. Compreender o yīn yáng, é compreender a vida, é compreender o Homem, é compreender como manter e restabelecer a vida.

Os experts concordam que o sistema médico chinês começou a tomar forma durante as dinastias Qìn (221-206 a.C.) e Han (206 a.C. – 220 d.C.), quando a doutrina do yīn yáng se impôs em todas as áreas de pensamento. Ela penetrou em muitas ciências, incluindo a medicina. Ao se combinar a outros conceitos médicos anteriores, ela deu à medicina chinesa uma maior coerência, um maior rigor. Claro que as teorias filosóficas do yīn yáng foram adaptadas aos conceitos médicos, tornaram-se mais concretas e objetivas, a partir daí se livrando de alguns conceitos metafísicos inutilizáveis.

Após a época fundamental dos Han, as teorias do yīn yáng continuaram a se desenvolver. No nível médico, por exemplo, Yáng Shàng Shàn (585-670) sob a dinastia Sui (581-618) e Tang (618-907) propõe que o yīn yáng é uma coisa só com duas facetas, Zhāng Jiè Bīn (1563-1640) sob a dinastia Ming (1368-1644) deu uma explicação aprofundada e sem precedentes sobre estes dois princípios. Ao lado

deles, estudiosos como Zhōu Dūn Yí 周敦颐, Shào Yōng 邵雍, Zhū Xī 朱熹, sob os Song (960-1279) contribuíram também para uma melhor compreensão destes conceitos.

Por exemplo, Zhōu Dūn Yí (1017-1073) sob os Song do Norte (960-1127) explicou a relação entre o tài jí (a matriz do mundo manifestado), o yīn yáng e os cinco movimentos. Ele desenvolveu a idéia que inicialmente o universo era vazio, sem manifestação, o wú jí (无极). Depois os movimentos do qì deram origem ao nascimento do yīn yáng. Em seguida, as transformações do yīn yáng e os cinco movimentos deram a luz aos dez mil seres, ou seja a totalidade da criação..."

A manifestação suprema (Tai Ji 太极) move-se, em seguida, gera o yáng, o movimento é extremo, então se acalma, [a manifestação suprema] está quieta, então ela gera yīn. A calma extrema gera a volta do movimento. O movimento e a calma estão enraizados um no outro. A transmutação do yáng e a união do yīn geram a água, o fogo, a madeira, o metal e a terra. Estes cinco qì (isto é cinco movimentos) se deslocam no sentido correto (*de maneira harmoniosa*) e, assim, as quatro estações se manifestam. Os cinco movimentos (wǔ xíng 五行) [se originam] do único yīn yáng, o yīn yáng [se origina] da única manifestação suprema [tài jí 太极]. O tài jí se funde ao não manifestado [wú jí 无极]", (Tài Jí Tú Shuō [太极图说] – Doutrina sobre o diagrama da manifestação suprema) de Zhōu Dūn Yí.

Além disso, Zhāng Zǎi 张载 (1020-1077) sempre sob os Song continuou a desenvolver as noções de unidade e oposição do yīn yáng e as relações entre o qì e o yīn yáng, enquanto Wáng Tíng Xiāng 王廷相 (1474-1544) sob os Ming insistiu principalmente sobre o fato que no interior de uma coisa o que a unifica e promove são estes dois aspectos distintos.

A escola do yīn yáng que nós citamos anteriormente é, na verdade, a fusão de dois conceitos fundamentais que inicialmente se desenvolveram independentemente : os cinco movimentos (cuja fonte original é Hóng Fàn, um capítulo do Shū Jīng, o "clássico dos documentos") e o próprio yīn yáng (cuja fonte de referência se encontra no Yì Jīng (clássico das mutações). É por isso que também a chamamos "escola do yīn yáng e dos cinco movimentos". Zōu Yǎn 邹衍 (século III a.C. e Dǒng Zhòng Shū 董仲舒 (século I a.C) são os dois filósofos mais marcantes desta corrente de pensamento.

Embora tendo suas raízes no ocultismo, ao abandonar as superstições e crenças em forças sobrenaturais, ao privilegiar a noção de forças "simplesmente" naturais que regem o universo, esta doutrina tornou-se uma abordagem científica. Historicamente, ela representa a tendência científica do pensamento chinês. Na verdade, ela busca interpretar nosso universo em termos de fenômenos naturais (em oposição a sobrenatural) através de fatos concretos. O objetivo, assim como na nossa ciência, é compreender a natureza através de realidades tangíveis para tentar conquistá-la e colocá-la a serviço do homem. O grande sinólogo Féng Yǒu Lán 冯友兰 em seu "Manual de história e filosofia chinesa" (Editora Le Mail) afirma "As noções sobre as forças naturais podem ter, de início, um aspecto simplório e primitivo, mas é aí que encontramos os primórdios da ciência". Esta idéia já foi confirmada por pesquisadores na vanguarda da pesquisa moderna.

II – O YĪN YÁNG SEGUNDO AS COSMOGONIAS TAOÍSTAS

Para melhor compreender o que significam o yīn e o yáng, é preciso antes visitar o universo do taoísmo e em particular compreender como esta corrente de pensamento concebe o mundo. Nós perceberemos nestas cosmogonias que os chineses são mais voltados a descrever o que eles observam do que tentar compreender o porquê da existência e do universo. No meu modo de ver, e é por isso que eu aprecio, trata-se de uma filosofia pragmática e não especulativa. Ela observa o universo, tira suas conclusões e tenta se adaptar da melhor forma. Mesmo que não seja formulado assim e partindo do princípio que é impossível explicar o inexplicável. (*"O Dao do qual podemos falar, não é o Dao..." "Nós olhamos o Dao, mas isso não é suficiente para vê-lo, Nós o escutamos, mas isso não é suficiente para ouví-lo"*), não empacamos sobre o porquê da existência. Nossa vida é indissociável do grande Todo (Dào) do qual é inútil apreender a origem, a causa, o sentido ou o fim. Por outro lado, é útil saber como ele funciona e se conformar com as leis que o animam.

1 - A Cosmogonia de Lăo Zĭ (老子)



Para compreender a origem do yin yáng, é preciso recorrer às cosmogonias taoístas. A primeira dentre elas é, obviamente, aquela do texto originário desta corrente de pensamento: Dào Dé Jīng (Clássico do Caminho e sua Virtude). É também chamado "Lăo Zĭ" do nome de seu autor presumido. É constituído de máximas e aforismos que instituiram com Zhuāng Zĭ (a segunda grande referência do taoísmo) os grandes princípios da filosofia do Dào (道). As origens, as datas e o autor são incertos. Especialistas situam sua composição entre os séculos IV e III A.C. Atribuímos sua escrita à Lăo Zĭ, sábio mítico cuja existência real não foi provada. Apesar disso, Lăo Zĭ provavelmente é, com Kŏng Fū Zĭ (Confúcio), um dos maiores personagens do pensamento chinês cuja ideologia constitui a trama da civilização chinesa mesmo na nossa época moderna.

Segundo o Dào Dé Jīng o universo é animado por um princípio único chamado Dào (道). A noção Dào é livre de metafísica religiosa ou moralista. Ela não evoca un deus criador, nem um além promissor ou redentor. De qualquer forma, é inútil evocar estas idéias pois o "por que" não faz parte do pensamento chinês. Existe sim no cenário mítico chinês os "imortais", sábios imperadores, espíritos malignos ou benignos errantes no mundo dos vivos. Mas estes personagens descrevem na realidade mecanismos sutis. Os primeiros são seres que reintegraram o Dào. Os últimos são resultado de disfunções quando da migração de espíritos durante o processo da morte. Podemos então falar de Deus? Não, porque não há uma idéia de transcendência, específica dos sistemas religiosos. Além disso, é importante saber que, segundo o contexto, Dào pode tomar diferentes significados. Pode ser o princípio universal que rege o universo, o estado de perfeição antes da diferenciação e da

manifestação que criam o mundo manifesto, o método, o processo, o caminho para encontrar o estado original de harmonia e perfeição e tudo ao mesmo tempo. Num primeiro momento, é sábio ver o Dào como uma realidade pré-existente ao universo manifesto e à toda criação concreta. Lǎo Zǐ afirma: "Podemos considerá-lo como a mãe do mundo inteiro". Simplificando, eu diria que o Dào representa o princípio sub-jacente que dirige todo o universo e o processo pelo qual este universo se revela graças a este princípio. O Dào se situa num nível metafísico. Ele não é manifesto, é o não-ser (wú 无). Chamamos este nível de realidade o "sem manifestação": wú jí 无极. Ele designa o caos primordial onde nada é nem diferenciado ou manifesto. Depois o não-ser gera o ser (yǒu 有). É uma primeira concretização mesmo se ela se mantém nas esferas do incriado. Ele torna-se então o "Um" que é o tài yī[2] (太一) , ou seja, o "grande Um". Deste "Um" nasce o "Dois". Mais precisamente à dois pólos dinâmicos: o yīn e o yáng. O yīn, pesado, descende e se condensa para produzir a terra. O yáng, leve, sobe e se concentra para gerar o céu.

Até este momento não podemos dizer que o universo manifesto existe. Ainda estamos nas preliminares. É unicamente quando o yīn e yáng, céu e terra se unem, trocam e se articulam num grande todo que chamamos o tài jí (太极), manifestação suprema, que nasce o "Três". E esta interação dinâmica, o "Três", gera os dez mil seres (wàn wù 万物). Wàn wù designa a totalidade das coisas e dos seres do nosso mundo concreto.

O Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn está em perfeito acordo com esta visão e apresenta no capítulo 5, o "yīn yáng yìng xiàng dà lùn" (O grande tratado da classificação yīn yáng de todos os fenômenos do mundo): "O yáng se acumula, é o céu, o yin se acumula, é a terra. O yīn é calmo e o yáng agitado. O yáng gera e o yīn desenvolve[3]". Nós estamos então na manifestação, no que foi criado.

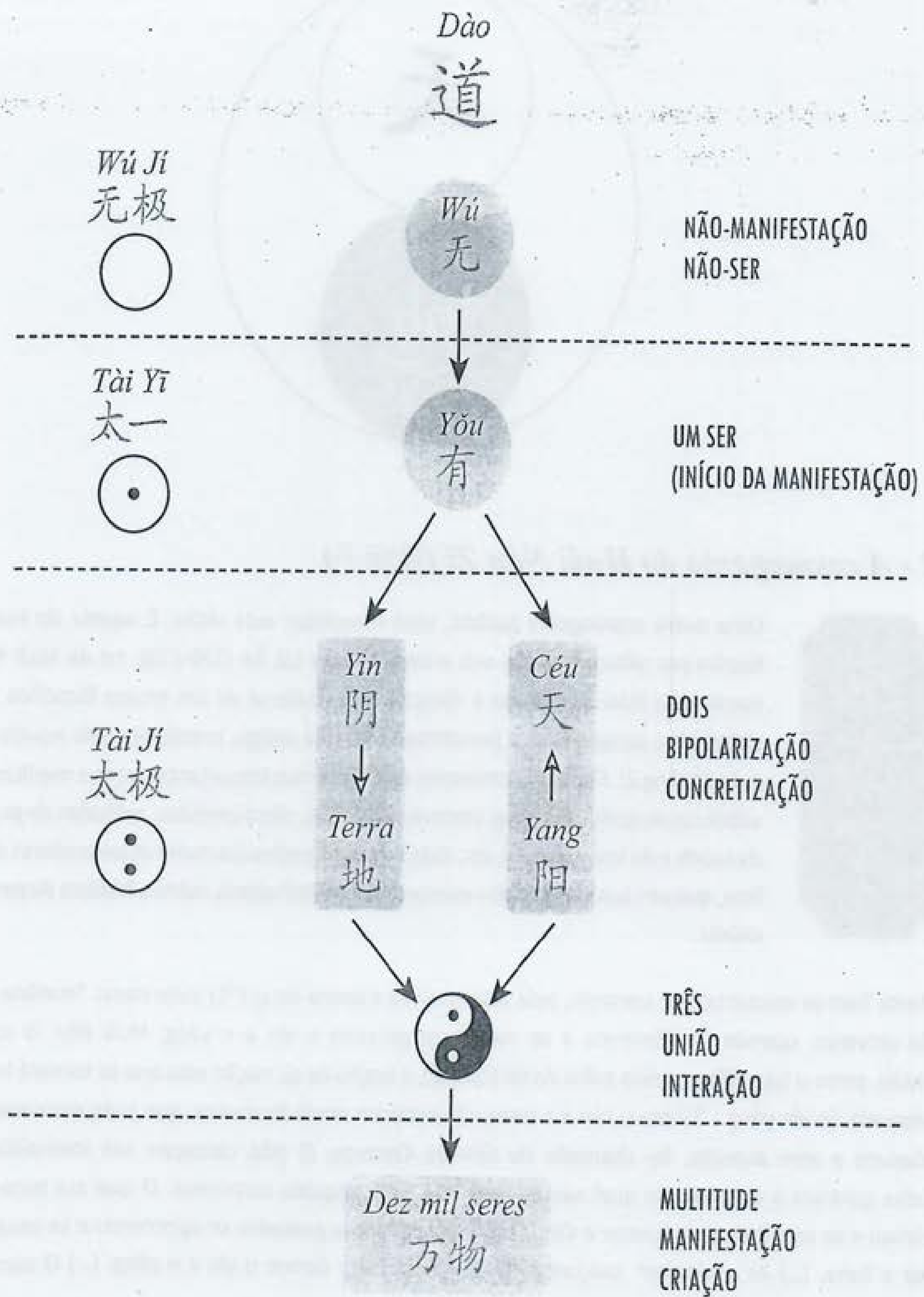
Deve-se notar que jí 极 corresponde à cumieira de uma casa, o ponto mais alto acima do qual não se pode subir mais. O ponto que domina tudo, que cobre tudo. A manifestação suprema, tài jí (太极), representa o ponto mais alto de nosso mundo conhecido (a casa), o ponto acima do qual não podemos ir, nem saber o que se passa. Wú jí (无极) significa que não há manifestação, quer dizer sem ponto superior. Wú jí (无极) é, portanto, sem limite, infinito.

O Dào Dé Jīng (Clássico do Caminho e sua Virtude) diz claramente que : "Os dez mil seres do mundo são gerados a partir do ser (yǒu 有), o ser é gerado a partir do não-ser (wú 无)". Guardemos na memória que ao nível do não-ser, a "não-manifestação" se chama o sem manifestação (wú jí 无极) enquanto que ao nível do ser, a manifestação provém da manifestação suprema (tài jí 太极), ou seja da interação do yīn yáng.

A partir do wú jí 无极 (o grande círculo cinza), yīn e yáng se diferenciam. O yīn, pesado, descende e se condensa para produzir a terra. O yáng, leve, sobe e se concentra para gerar o céu.

---

2. Em algumas dialéticas, tài yī (太一), o grande Um, é confundido com tài jí (太极), manifestação suprema. No entanto, na visão taoísta primitiva, há a descrição do UM (tài yī), o ser (yǒu 有), de onde nasce o DOIS (tài jí). O tài yī é um, o tài jí é dois.
3. O yáng gera, o yīn desenvolve. O significado desta expressão é o seguinte : é o yáng quem começa e o yin que finaliza. E o yáng quem promove o nascimento e é o yīn quem desenvolve. Yáng é a impulsão, yīn é a expansão.


Dào
道
Wú Jí
无极
Wú
无
NÃO-MANIFESTAÇÃO
NÃO-SER
Tài Yī
太一
Yǒu
有
UM SER
(INÍCIO DA MANIFESTAÇÃO)
Yin
阴
Terra
地
Céu
天
Yang
阳
Tài Jí
太极
DOIS
BIPOLARIZAÇÃO
CONCRETIZAÇÃO
TRÊS
UNIÃO
INTERAÇÃO
Dez mil seres
万物
MULTITUDE
MANIFESTAÇÃO
CRIAÇÃO



2 - *A cosmogonia do Huái Nán Zi (淮南子)*



Uma outra cosmogonia taoísta, vem completar esta visão. É aquela do Huái Nán Zi. Escrita por sábios taoístas sob a impulsão de Liú Ān (179-122), rei de Huái Nán (daí o nome Huái Nán Zi) durante a dinastia Han. Trata-se de um ensaio filosófico que tenta sintetizar e desenvolver o pensamento taoísta antigo, principalmente aquele de Lǎo Zi e de Zhuāng Zi. Contém numerosos ensinamentos importantes para a medicina chinesa sobre cosmogonia, yīn yáng, cinco movimentos, cinco espíritos, métodos de preservação da saúde e da imortalidade, etc. Este livro influenciou bastante os pensadores da dinastia Han, que por sua vez também exerceram forte influência sobre a história do pensamento chinês.

Neste livro se encontra, por exemplo, pela primeira vez a teoria do qì (气) visto como "matéria primeira" do universo, quando se diferencia e se manifesta gerando o yīn e o yáng. Huái Nán Zi acrescenta, então, entre o Dào (道) e os dois pólos do tài jí (太极), a noção de qì, noção esta que se tornará inseparável daquela do yīn yáng : "Como o céu e a terra não estavam ainda formados, que tudo era vasto, imenso, obscuro e sem aspecto, foi chamado de Grande Começo. O Dào começou nas imensidões vazias. Estas geraram o universo do qual nasceu o qì (气). Este adquiriu contornos. O que era puro e leve se elevou e se espalhou para formar o Céu. O que era pesado e grosseiro se aglomerou e se coagulou para dar a Terra. (...) As essências[4] conjuntas do Céu e da Terra deram o yīn e o yáng. (...) O sopro quente

4. Se entende por "essência", o jīng (精) que constitui a forma mais sutil do qi original (yuán qì 元气). Verificar esta noção no capítulo sobe os três tesouros.

do yáng quando acumulado gerou o fogo, a essência do sopro do fogo dá o sol. O sopro frio do yīn, quando acumulado deu a água, e a essência do sopro de água, deu a lua[5]". Vemos então o seguinte encadeamento:

Dào ▸ *qì* ▸ *céu e terra* ▸ *yáng e yīn* ▸ *quente e frio* ▸ *fogo e água* ▸ *sol e lua*

Tudo isto mostra que no início nada estava diferenciado nem manifesto. Estamos na fase do não-ser (wú 无). Em seguida o Dào gera o qì, estamos na fase "Um" onde nada é ainda manifestado concretamente. Em seguida, o qì se divide em duas energias, o céu yáng e a terra yīn. É o início da diferenciação. Estamos na etapa "Dois" do ser (yǒu 有). Esta cosmogonia é importante porque ela introduz a noção de qì e indica finalmente que o yīn e o yáng são dois qì, o que nós desenvolveremos mais abaixo.



O texto ligado à este diagrama propõe uma cosmogonia segundo as seguintes etapas :

Tài Yì 太易 (grande mudança) onde o claro e o turvo não estão diferenciados.

Tài Chú 太初 (grande desenvolvimento imperfeito) onde o yīn e yáng aparecem.

Tài Shǐ 太始 (grande início) quando o qì e as formas aparecem.

Tài Sù 太素 (grande simplicidade) quando o céu e a terra são formados.

Tài Jí 太极 (grande manifestação suprema) quando o universo manifesto é formado.

Em seguida, é dito que o yīn e o yáng são gerados pelo tài jí. No mais alto grau do yīn, o yáng é gerado.

No mais alto grau do yáng, o yīn é gerado.

Da incessante produção e transformação do yīn yáng nascem os dez mil seres.

Representação de uma cosmogonia taoísta

Extraído de Tài Sù Zhāng Shén Xiān Mài Jué Xuán Wēi Gāng Lǐng Zōng Tǒng 太素张神仙脉诀玄微纲领宗统

(Doutrina sútil do segredo dos pulsos da escola do imortal Tai Su Zhang)

de Zhāng Tài Sù 张太素*, 1599*

5 . Tradução do Huái Nán Zi de Anne Cheng em "História do pensamento chinês", página 282, Ed. Seuil.

3 - A cosmogonia do Tài Píng Jīng (太平经)



O Tài Píng Jīng (Clássico da grande paz) é um livro taoísta do séculos I-II d.C. mas que foi revisado no século IV. Ele desenvolve principalmente a noção das três potências (sān cái 三才), ou seja, céu/terra/homem e os três tesouros (sān bǎo 三宝). Ele influenciou diferentes correntes de pensamento como a seita dos Turbantes Amarelos ou a dos Mestres Celestiais que não viam com bons olhos a dinastia Han.

A cosmogonia do Tài Píng Jīng relaciona o qì original (yuán qì 元气), o yīn yáng e as três potências (céu, terra e homem): Todo ser é oriundo do sopro original [yuán qì]. (...) O sopro original, de início desordenado, se concentra espontaneamente para formar o Um, que teve o nome Céu ; depois ele se dividiu para gerar o yīn que forma a Terra, que teve o nome Dois ; depois subindo para o Céu e descendo para a Terra, o yīn e o yáng se misturam e geram o Homem, que teve o nome três[6]". Aqui coloca-se em evidência a origem primordial de todo fenômeno que é o qì, em seguida a diferenciação entre céu/yáng que dá o "Um" e terra/yin que dá o "Dois" e finalmente geram o homem como emblema dos dez mil seres que representa o nível "Três".

Qì original ▸ céu/yáng (1) ▸ terra/yīn (2) ▸ interação yīn yáng ▸ Homem (3)

Como sabemos que o céu foi criado primeiro? É o Yì Jīng (Clássico das mutações) que nos ensina. O yáng é aquele que começa, o yīn é aquele que termina. O yáng é aquele que impulsiona, o yīn é aquele que arremata. O yáng simbolizado por uma linha continua representa o "não-diferenciado", a união homogênea perfeita. É ele que ao se dividir em dois, dá o yīn, a primeira diferenciação, simbolizada por uma linha cortada. (Ver capítulo yīn yáng e Yì Jīng, mais abaixo).

YANG ▬▬▬▬ → ▬▬ ▬▬ YIN

Observações

Esta três cosmogonias, longe de se contradizerem, se completam ao acentuar um mecanismo particular da criação do universo. De qualquer forma, em todos os casos, é o yáng que aparece primeiro, seguido pelo yīn. O yáng é o princípio do começo, o yīn é aquele que o completa.

A abordagem "cosmogônica" do yīn yáng nos ensina que são duas substâncias fundamentais na origem do mundo manifestado. São mais precisamente dois qì (energias). "O céu e a terra são a forma do Dào (道). O

6. Tradução de Anne Cheng em "História do pensamento chinês", página 196, Ed. Seuil.

yīn e o yáng são o qì do Dào (道), (Líng Bǎo Bì Fǎ – Métodos incomparáveis do tesouro espiritual). O Yì Jīng (Clássico das mutações) na seção seguinte apresenta o yīn yáng como metodologia[7] para compreender como funciona o universo. Os aspectos cosmogônicos e metodológicos são as duas faces do yīn e do yáng.



"Wú jí 无极 é a raiz do tài jí 太极"
Ilustração do Dào Yǎng Quán Shū
(Livro completo sobre o Dào da nutrição)

4 - Outros comentários sobre o Dào

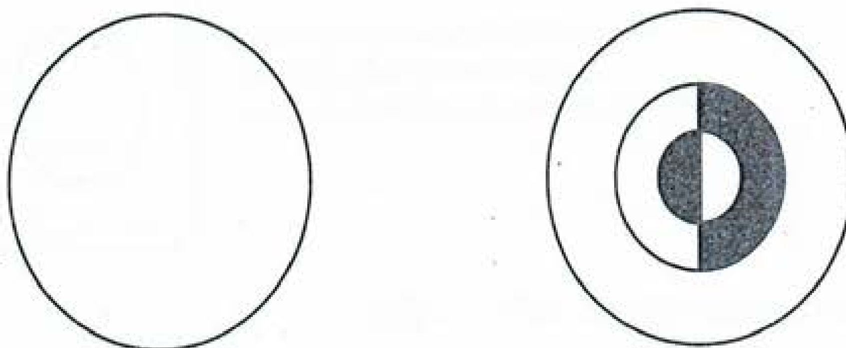
O Huáng Dì Nèi Jīng é claramente influenciado pela corrente taoísta, como podemos julgar a partir de diferentes passagens : "O yīn e o yáng é o Dào do céu e da terra, o princípio fundamental dos dez mil seres, o pai e a mãe das transmutações e das transformações, a raiz e o começo do nascimento e da morte", (Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn – capítulo 5). Além disso, atribui-se a origem do taoísmo, é claro, à Lǎo Zǐ, e também à Huáng Dì, o Imperador Amarelo, um dos soberanos míticos fundadores da civilização chinesa. E por isso que inicialmente o dào jiā 道家 (escola do Dào ou taoísmo) foi chamado "Huáng Lǎo[8]" (doutrina de Huáng Dì e Lǎo Zǐ).

Em alguns textos médicos e taoístas, o Dào (道) tem como sinônimo o "vazio supremo": tài xū (太虚). Este nome evoca a natureza primordial do Dào: o vazio. Mas atenção, o vazio não significa ausência de tudo, mas ausência de manifestações visíveis, concretas. O tài xū é um colossal potencial de fenômenos. É a origem de nosso universo tangível. Nós o chamamos vazio para explicar que não há nada ainda diferenciado, concretizado e que estamos ainda no nível do Dào, do potencial, da trama invisível que sustenta o mundo visível... Este Dào, este vazio supremo é, às vezes, chamado igualmente de "caos primordial".

7. Aqui, yīn yang são emblemas, símbolos e não mais substâncias fundamentais.
8. Se diz que Huáng Dì representa a faceta esotérica do taoísmo enquanto Lǎo Zǐ representa a face mística.

O simbolismo dos números é particularmente forte na cosmogonia do Lǎo Zǐ. O capítulo 42 do Dào Dé Jīng (Clássico do Caminho e sua Virtude) resume a história assim: o Dào gera o Um, o Um gera o Dois, o Dois gera o Três, o Três gera os dez mil seres. Enfim chamamos atenção que o Dào que gera o yīn yáng, e por consequência todas as outras manifestações é, segundo o texto canônico, de essência feminina pois ele o compara à uma "mulher obscura" (xuán pìn 玄牝) e que lhe dá o título de "mãe do mundo".

O tài jí (太极) que simboliza as leis do yin yáng mostra bem que se trata da união de duas forças dinâmicas e complementares que gera todas as manifestações. "O tài jí (太极) se agita gerando o yáng, se ele está calmo, gera o yīn[9] . O yáng se agita, então não há parada, o yin está calmo então existe a permanência. Este dois qì se unem, então o homem vive, estes dois qì se separam então há uma doença grave". (Yī Mén Fǎ Lù – As leis da medicina). A partir do momento em que consideramos estes dois princípios essênciais como sendo a origem da vida, estudá-los significa estudar a vida. Compreender as características da vida. A manutenção da vida é o tema da medicina.



Representação grafica do tài xū 太虚 (à esquerda) e do yīn yáng (à direita) segundo o Lèi Jīng Tú Yì (Complemento ilustrado do clássico classificado) Segundo Zhāng Jiè Bīn, o yīn yáng provém e se situa no interior do vazio supremo.

III - O YĪN YÁNG SEGUNDO O YÌ JĪNG (CLÁSSICO DAS MUTAÇÕES)

A bíblia incontestável da medicina chinesa é o Nèi Jīng (Clássico interno). Este livro fundador desenvolve abundantemente a teoria do yīn yáng aplicada à medicina. Sua visão yīn yáng foi, certamente, muito influenciada pela corrente taoísta Huáng Lǎo mas também pelo Yì Jīng (Clássico da Mutações). Além disso, grandes médicos chineses concordam em dizer que o Yì Jīng é fundamental para compreender o Nèi Jīng (Clássico interno) e, também a medicina. O grande Sūn Sī Miǎo disse : "[aquele que] não conhece o Yì [Jīng], não deve falar de medicina" e o eminente Zhāng Jiè Bīn acrescentou: "A teoria do Nèi Jīng é fundamentada no Yì Jīng". Vários ditados tradicionais sublinham a ligação entre Yì Jīng e medicina: "a medicina e o Yì [Jīng] se originam da mesma fonte" (yī yì tóng yuán 医易同源), "a fonte da medicina é o

9. A imagem do tài jí (太极) que gera yīn ou yáng em função da sua atividade já tinha sido utilizada por Zhū Dān Xī em seu Gé Zhì Yú Lùn (Tratado suplementar do estudo dos fenomenos da natureza).

Yì [Jīng]" (yī yuán yú yì 医源于易) e "a medicina e o Yì [Jīng] estão ligados (*interagem*)" (yī yì xiāng tōng 医易相通). E por isso "se o Nèi Jīng é a porta pela qual se pode adentrar à câmara do tesouros dos clássicos médicos, o Yì Jīng é a chave". Isto nos convida a continuar nosso estudo do yin yáng, analisando o que diz o Yì Jīng.

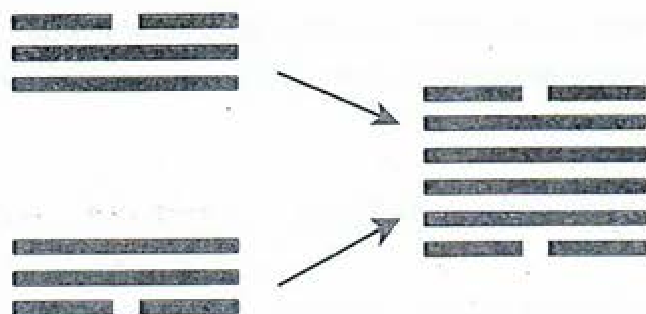
1 - Yì Jīng : um livro de adivinhação e de metafísica

Em Yì Jīng, jīng (经) significa livro, cânone, livro canônico, clássico. Este título sempre é dado à obras fundamentais num dado domínio. De fato, ele faz parte dos cinco clássicos confucianos. Yì (易) detém diferentes sentidos. Os mais comuns são 1- mudança, mutação : o que evoca a natureza mutante do mundo, 2 – estabilidade : o que evoca a estabilidade do universo, 3 – simplicidade : o que evoca que as leis do universo são baseadas sobre coisas simples e naturais. O todo exprime uma idéia diretriz no Yì Jīng : a estabilidade do universo provém simplesmente de mudanças naturais e permanentes.

O Dào e o "yì" parecem ser duas facetas complementares de uma mesma realidade. Dào (道) representa a fonte original, indiferenciada, não manifestada, invisível, metafísica, da qual tudo provém e para onde tudo retorna (noção da origem e do retorno do Lǎo Zǐ) enquanto que yì (易) descreve a criação, a manifestação, a diferenciação, a concretização de todas as coisas (graças às transformações incessantes). Para o Yì Jīng, a transformação é o princípio estruturante do universo, a parte manifestada do não manifestado (Dào).

Deve-se notar que na sua origem o Yì Jīng era composto de três partes : o Guī Zàng (归藏), o Lián Shān (连山) e o Zhōu Yì (周易). Diz-se que o Guī Zàng é o Yì Jīng do imperador amarelo, que o Lián Shān é o Yì Jīng do imperador Shén Nóng (神农) e que o Zhōu Yì é o Yì Jīng do imperador Fú Xī (伏羲). As duas primeiras partes praticamente desapareceram, restam apenas fragmentos. Só restou, então, o Zhōu Yì (周易), que significa "clássico dos Zhou", porque ele foi estruturado sob a dinastia Zhou. O que nós chamamos hoje de Yì Jīng nada mais é que o Zhōu Yì que é, também, o nome utilizado por muitos especialistas na China.

O Zhōu Yì é inicialmente um livro de adivinhação da China antiga. Mas atenção, é muito mais que uma simples técnica de adivinhação fatalista. É um método que nos permite ampliar nossas possibilidades mentais e nossos sentidos reducionistas. Trata-se de um instrumento de estudo e compreensão dos princípios que geram nosso universo. Através da observação de regras baseadas na oposição/complementaridade/unidade do yin yáng ele permite observar o que está por trás do cenário numa situação tanto ao nível do tempo quanto do espaço. Isto permite modificar nossa ação, nossa atitude, quando possível, em caso de necessidade. Não se tratam de previsões, mas compreensão de uma situação e do que ela poderia se tornar posteriormente segundo as leis do yin yáng, com possibilidade de intervir para modificar sua trajetória. Além disso, o Yì Jīng permite o estudo e compreensão da grande lei, o Dào. Enquanto matriz de pensamento, é provavelmente o clássico mais importante da civilização chinesa e é considerado como precursor da maior parte dos conhecimentos tradicionais.



O Zhōu Yì é baseado sobre oito trigamas (bā guà - 八卦). Cada trigrama é composto de uma combinação de três linhas horizontais sobrepostas, contínuas (que representam o yáng) ou descontínuas (que representam o yīn). A combinação de dois trigramas gera os hexagramas que são em número de sessenta e quatro.

Os hexagramas representam os 64 tipos de configurações das energias do universo. Cada um deles explica como cada situação tende à evoluir. Mais precisamente, estes 64 tipos de arranjos descrevem os mecanismos de transformação que são a fonte do funcionamento do nosso mundo. Eles explicam também como cada configuração evolui de uma para outra. O Zhōu Yì descreve o mecanismo interno baseado nas leis de transformação incessante do yīn yáng, as duas energias fundamentais.

乾	夬	大有	大壮	小畜	需	大畜	泰
履	兑	睽	归妹	中孚	节	损	临
同人	革	离	丰	家人	既济	贲	明夷
无妄	随	噬嗑	震	益	屯	颐	复
姤	大过	鼎	恒	巽	井	蛊	升
讼	困	未济	解	涣	坎	蒙	师
遁	咸	旅	小过	渐	蹇	艮	谦
否	萃	晋	豫	观	比	剥	坤

Os 64 hexagramas
Combinação de dois trigramas

A lenda diz que Fú Xī (伏羲), um dos imperadores míticos fundadores da civilização chinesa, foi o criador dos oito trigramas, enquanto que o rei Wén (Wén Wáng文王) (fundador dos Zhou em 1121 a.C.) foi aquele dos sessenta e quatro hexagramas acompanhados de suas palavras adivinhatórias (guà cí 卦辞). No entanto, segundo a maioria dos especialistas, o Yì Jīng dataria da dinastia Zhou ocidental (entre 1000 e 700 anos a.C.). O Yì Jīng é anterior ao Dào Dé Jīng (Clássico do Caminho e sua Virtude) e à escola do yin yáng. Mas foi bem mais tarde, no início da dinastia Han (206 a.C. – 220 d.C), que foram acrescentados os dez comentários filosóficos, cosmológicos, metafísicos, éticos do Yì Jīng que tentam explicar o mundo e seu funcionamento. Estes comentários são chamados "Asas" ou "Apêndices" e a lenda os atribui à Confúcio.



Fú Xī (伏羲)

Na realidade o Yì Jīng que nós conhecemos hoje não foi escrito por Confúcio. É na realidade a evolução de 1000 anos de reflexões que sintetizariam os pensadores dos Han, no mesmo período onde foram refinadas as teorias do yin yáng e dos cinco movimentos e, também, concretizado o Nèi Jīng (Clássico interno)! Portanto, a sabedoria universal que nós percebemos no Yì Jīng explorando as teorias sutis do yīn yáng é relativamente "recente" e certamente contemporânea das escolas do taoísmo filosófico e daquela do yīn yáng.

2 - *Gênese dos trigramas (guà 卦)*

A - Os dois princípios e as quatro representações

Antes de toda criação há o sem manifestação (wú jí 无极), onde nada é diferenciado, separado, manifestado. É a grande unidade absoluta. Do wú jí nasce o tài yī (太一), o Um, que é a primeira forma de concretização. O Um gera a primeira diferenciação que possibilita dois princípios: o yīn e o yáng, simbolizados pelo tài jí (太极), a manifestação suprema. Segundo o Yì Jīng (Clássico das mutações), toda manifestação vem destas duas modalidades. Elas são representadas por dois princípios elementares que chamamos de liǎng yí (两仪). O yīn é simbolizado por uma linha descontínua e o yáng por uma linha contínua.

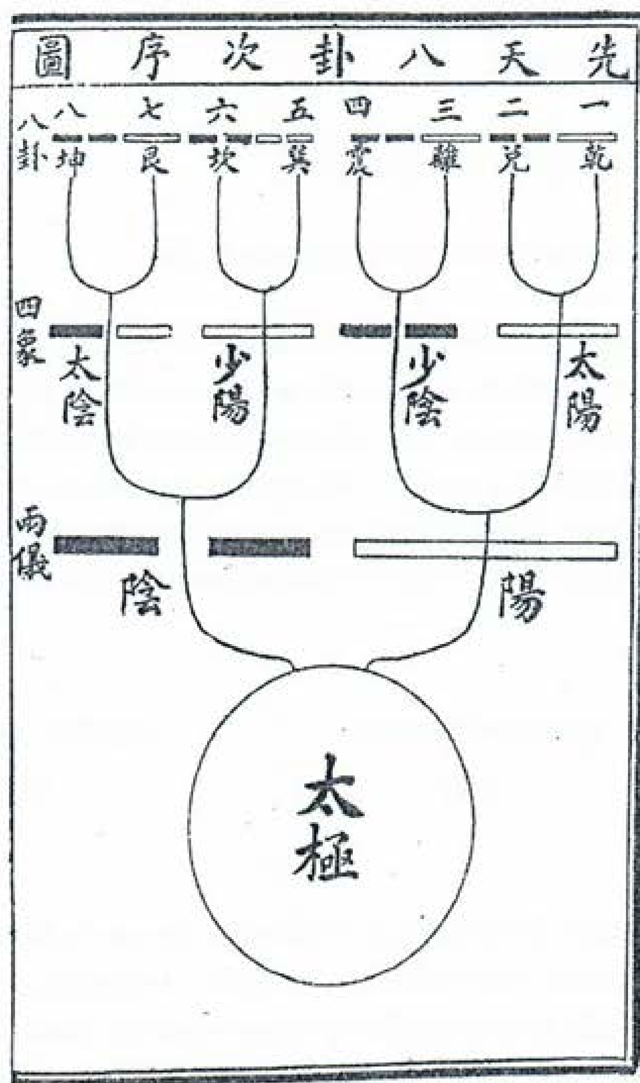


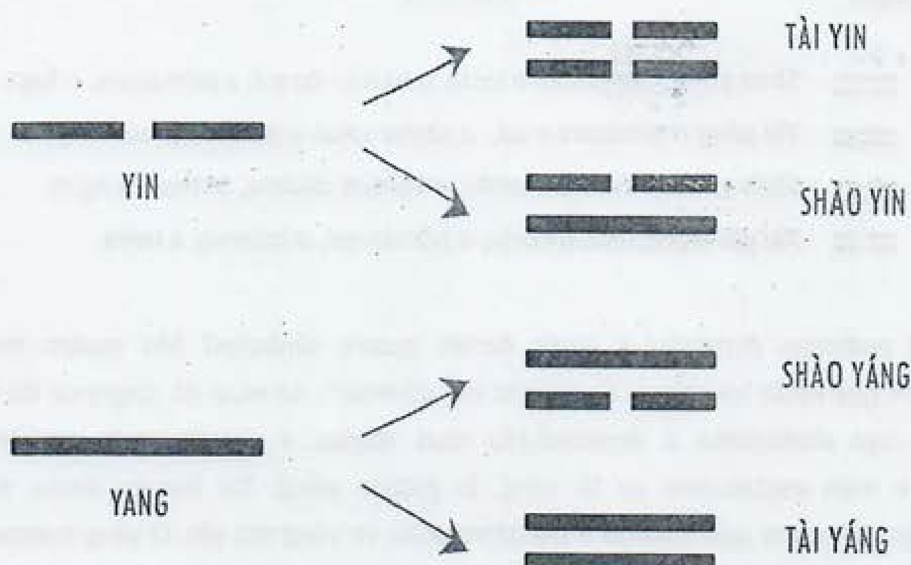
Estes dois princípios ao se combinarem geram as quatro representações (sì xiàng 四象). Duas são obtidas ao acrescentar sob os dois princípios elementares yīn e yáng iniciais, uma nova linha descontínua yīn. Isto forma o tài yīn (太阴), que é o "grande" yīn (duas linhas yīn) e shào yīn (少阴) que é o "pequeno" yīn (uma linha yīn moderada por uma linha yáng). As duas outras são obtidas ao acrescentar sob os dois

princípios elementares yīn e yáng iniciais, uma nova linha contínua yáng. Isto forma o shào yáng (少阳) que é o "pequeno" yáng (uma linha yáng moderada por uma linha yīn) e tài yáng (太阳) que é o "grande" yáng (duas linhas yáng).

Segundo o dicionário francês da língua chinesa dos Institutos Ricci, o método original para construir as representações é acrescentar ***abaixo*** dos dois princípios elementares uma linha yīn para as representações yīn e uma linha yáng para as representações yáng. Um outro método é acrescentar as linhas yīn e yáng aos princípios elementares, não abaixo mas ***acima***. Este segundo método que foi utilizado à partir da dinastia Song, tem por consequência inverter as linhas do shào yīn e do shào yáng. Isto não está em conformidade com o Yì Jīng (Clássico das mutações) que diz que 1 – os trigramas e os hexagramas devem ser "lidos" de baixo para cima, 2 – a ação do yīn e do yáng sobe de baixo para cima no interior de cada símbolo.

Tài yīn (太阴) também é chamado lǎo yīn (老阴): o velho yin, quer dizer o yin em sua plenitude. É também o yin que atingiu seu máximo e que só pode decrescer. Tài yáng (太阳) é também chamado lǎo yáng (老阳): o velho yáng, ou seja o yáng em sua plenitude. É também o yáng que atingiu seu máximo e que só pode decrescer.





O wú ji (无极) é simbolizado por um círculo vazio: É o nada original de onde tudo provém.





O tài yī (太一) é simbolizado por um ponto único: É o ponto original de onde emana toda manifestação.

Começo da criação do tài ji (太极). O Um gera o Dois. Os dois princípios, liăng yí (两仪), yīn e yáng se manifestam.

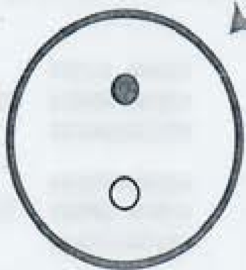




Diagrama do tài jí (太极). Os dois princípios geram as quatro representações (sì xiàng 四象).

O pequeno ponto branco e o começo da parte branca é o pequeno yáng (shào yáng 少阳). A grande parte branca é o grande yáng (tài yáng 太阳). O pequeno ponto negro e o começo da parte negra é o pequeno yīn (shào yīn 少阴). A grande parte negra é o grande yīn (tài-yīn 太阴).

Estes quatro símbolos representam especialmente os movimentos do mundo manifestado na matriz espaço/tempo.

⚍ *Shào yáng* representa o leste, o nascer do sol, a primavera, o fogo.
⚌ *Tài yáng* representa o sul, o zênite solar, o verão, o céu.
⚎ *Shào yīn* representa o oeste, o sol que declina, outono, a água.
⚏ *Tài yīn* representa o norte, o pôr-do-sol, o inverno, a terra.

O que já podemos constatar à partir destes quatro símbolos? São quatro movimentos, quatro dinamismos que estão na origem da marcha do universo[10]. Ao nível do diagrama do tài jí (manifestação suprema) cujo simbolismo é desenvolvido mais abaixo, a grande parte em branco corresponde ao yáng, e mais exatamente ao tài yáng, (o grande yáng). No interior desta, está o shào yīn, o pequeno ponto negro que anuncia a transformação do yáng em yīn. O yáng comporta em seu seio o germe da transmutação em yīn. A grande parte em negro corresponde ao yīn, e mais exatamente ao tài yīn (o grande yīn). No interior desta, está o shào yáng, o pequeno ponto branco que anuncia a transformação do yīn em yáng. O yīn comporta em seu seio o germe da transformação em yáng. Yáng zhōng yǒu yīn (阳中有阴): "no centro do yáng, existe o yīn". É do interior da parte mais yáng que nasce a expansão do yīn. Yīn zhōng yǒu yáng (阴中有阳): "no centro do yīn, existe o yáng". É do interior da parte mais yīn que nasce a expansão do yáng. Isto mostra o grande princípio taoísta do retorno: quando as coisas atingiram seu apogeu elas retornam à sua origem.

B - Nascimento dos oito trigramas (bā guà 八卦)

Sempre dentro da mesma lógica de combinação dos princípios yin e yáng, as quatro representações darão origem aos oito trigramas (bā guà 八卦). Quatro são obtidos acrescentando sob os quatro símbolos um linha yáng. São eles zhèn (震), lí (离), duī (兑) e qián (乾). Os outros quatro são obtidos acrescentando sob os quatro símbolos uma linha descontínua yīn. São eles kūn (坤), gèn (艮), kǎn (坎) e xùn (巽).

kūn (坤) ☷ ☳ zhèn (震)

gèn (艮) ☶ ☲ lí (离)

kǎn (坎) ☵ ☱ duī (兑)

xùn (巽) ☴ ☰ qián (乾)

10. A similitude com os cinco movimentos é tal que alguns vêem uma primeira expressão deste sem a terra, que é a matriz na qual eles se manifestam. Em todo caso, é um argumento para confirmar que os cinco movimentos são uma emanação dos princípios do yin yáng.

Estes oito trigramas melhoram a compreensão dos movimentos do universo descritos pelas quatro representações (sì xiàng). De fato, segundo a ordem cósmica que representa o ciclo do sol num dia, a alternância das estações no ano ou o ciclo de uma vida:

Zhèn (震) ☳ corresponde ao trovão, ao nordeste[11], ao sol que nasce, anuncia a primavera, é o início da atividade yáng.

Lí (离) ☲ corresponde ao fogo, o leste, o sol que se levanta, a primavera.

Duī (兑) ☱ corresponde às nuvens luminosas (ou vapores luminosos), ao sudeste, ao sol antes do meio-dia, anuncia o verão.

Qián (乾) ☰ corresponde ao céu, ao sul, ao sol do meio-dia, ao verão.

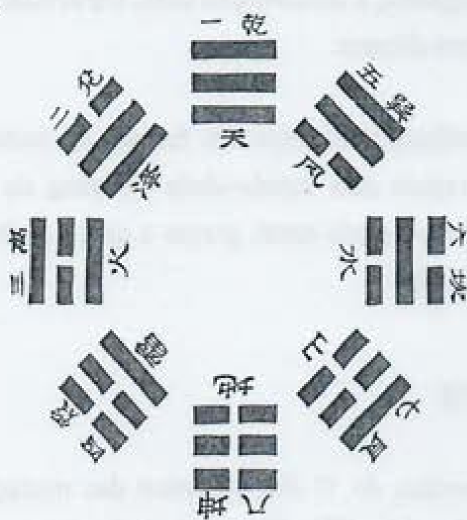
Estes quatro trigramas são formados ao se acrescentar uma linha yáng. Eles representam o crescimento da atividade do yáng e por consequência o decrescimento da atividade do yīn. Eles tem relação com o céu, a luz, o fogo, o calor.

Xùn (巽) ☴ corresponde ao vento, ao sudoeste, ao sol da tarde, anuncia o outono.

Kăn (坎) ☵ corresponde à água, ao oeste, ao sol que declina, ao outono.

Gèn (艮) ☶ corresponde à montanha, ao nordeste, ao sol que se põe, anuncia o inverno.

Kūn (坤) ☷ corresponde à terra, ao norte, ao sol que se pôs (noite), ao inverno.



Estes quatro trigramas são formados ao acrescentar uma linha yin. Representam o crescimento da atividade yīn e por consequência a diminuição da atividade yáng. Eles tem relação com a terra, a escuridão, a água, o frio.

Emergem imediatamente as grandes forças diretrizes, as características fundamentais do yīn e do yáng: o yīn é escuro e frio, o yáng é luminoso e quente...

Os oito trigramas e suas qualidades :
Céu, Vento, água, montanha, terra, trovão, fogo, nuvens brilhantes

11. O observador vê o sol, então está de frente para o sul. É por isso que a orientação no simbolismo chinês é Sul(parte superior)/Norte(parte inferior) e Leste (esquerda)/Oeste (direita).

As características que discutimos aqui estão relacionadas com a ordem cósmica atribuída a Fu Xi (伏羲), o lendário imperador. Esta ordem está associada ao que nós chamamos de céu anterior. Como nós veremos mais abaixo, quando nos situamos no nível do céu posterior, os trigramas perdem seu equilíbrio e sua ordem natural. Por conta disso, as analogias se modificam em parte. No céu anterior, nós temos quatro duplas: céu/terra, vento/trovão, água/fogo, montanhas/nuvens brilhantes. Elas participam da harmonia do universo.

Observações e esclarecimentos gerais sobre o Yì Jīng:

• São todas as combinações possíveis de dois trigramas (8 x 8) que formam os 64 hexagramas que são constituídos de seis linhas. Estes hexagramas são a representação simbólica final do ciclo de transformações incessantes do universo. De uma certa maneira, eles correspondem à todas as condições, todas as configurações, todas as etapas, todos os estados possíveis dos fenômenos, das coisas e dos seres no ciclo perpétuo das transformações.

• Cada trigrama é associado à um fenômeno da natureza (terra, fogo, montanha, trovão, etc.). Duī (兑) está associado à zé (泽). O sentido atual do caractére zé é : água parada, pântano, lagoa, orvalho...todos fenômenos de natureza yīn. No entanto, duī é considerado como um trigrama yáng. De fato, no Yì Jīng (Clássico das mutações), é o sentido original deste caractere que é utilizado. Neste caso, zé (泽) significa brilho luminoso do sol sobre as nuvens ou vapor d´água. É, portanto, um trigrama yáng.

• O céu anterior (xiān tiān 先天) possui significados distintos em função do contexto. É de início, no nível cosmogônico, o estado do não-manifestado, do não diferenciado. É o estado em que o tài jí (太极) ainda não gerou nenhuma criação por intermédio do yīn e do yáng. É o sentido que é utilizado neste capítulo. Em seguida, no nível humano, o céu anterior faz referência à tudo que se refere ao período antes do nascimento. Tem relação com o inato, o congênito, a constituição base. É o sentido mais usual quando estudamos a fisiologia e a patologia em medicina chinesa.

• O céu posterior (hòu tiān 后天) possui igualmente significados distintos em função do contexto. No plano cosmológico, trata-se do universo manifestado regido pela bipolaridade yīn yáng do tài jí (太极). Ao nível humano, o céu posterior faz referência à atividade pós-natal, graças a qual o indivíduo mantém suas atividades fisiológicas. Tem relação com o adquirido.

C- Kūn (坤) e Qián (乾): símbolos do yīn e do yáng

Para aprofundar as noções yīn yáng segundo os ensinamentos do Yì Jīng (Clássico das mutações), devemos analisar mais de perto o significado de qián (乾) e kūn (坤). Qián é simbolizado por três linhas yáng e kūn por três linhas yīn. Estes dois trigramas são também símbolos por excelência do yīn e do yáng. Dizemos que qián é yáng puro e que kūn é o yīn puro. No Yì Jīng, consta que qián é o pai, equanto kūn é a mãe. Os seis outros trigramas são variações de qián e kūn. O processo de

variação das linhas de qián e kūn resulta da produção dos seis outros trigramas e simboliza a evolução das relações entre yin e yáng, processo pelo qual todas as coisas nascem, se desenvolvem e declinam... Segundo o Yì Jīng, qián e kūn são pai e mãe e os outros trigramas são seus filhos e filhas. As variações das linhas de qián e kūn geram zhèn (震) que é o filho mais velho, xùn (巽) que é a filha mais velha, kǎn (坎) que é o segundo filho, lí (离) que é a segunda filha, gèn (艮) que é o filho mais jovem e duī (兑) que é a filha mais jovem.

Mas o que diz o Yì Jīng (clássico da mutações) à respeito destes dois trigramas ? "Qián (乾) é o caminho que produz o homem, kūn (坤) é o caminho que produz a mulher. Qián (乾) é o grande começo, kūn (坤) é a finalização dos seres.. (...) Qián quando está quieto se concentra, quando se movimenta, permanece reto, sua produção é grande. Kūn quando está calmo, é harmonioso, quando se movimenta, ele se abre, sua produção é vasta. Kūn é como fechar uma porta, qián é como abrir uma porta. Um fecha, o outro abre, é o que chamamos de transmutação. As idas e vindas são incessantes, é o que chamamos de comunicação (circulação). (...) Qián é uma coisa yáng, kūn é uma coisa yīn. Kūn é a terra (dì 地), que nutre todos os dez mil seres (...). Qián fortalece, kūn segue. (...) Qián é o céu, por isso é o pai, kūn é a terra, por isso é a mãe.

O Yì Jīng apresenta as principais características deste par de trigramas : Qián é masculino, ele dá a impulsão, é o símbolo do yáng. Kūn é feminino, ele finaliza o que foi começado por qián, ele nutre, é o símbolo do yin. O texto canônico nos permite compreender a natureza profunda destas duas energias e por consequência aquela do yīn e do yáng. Podemos completar estes ensinamentos pela seguinte síntese:

Qián (乾) ☰ um yáng qì puro. Simboliza a energia criadora do universo. Não é o céu em si mesmo, mas a força, o dinamismo empregado pelo universo para gerar os dez mil seres com a ajuda de kūn. É uma força masculina, potente, ativa, que inicia os movimentos, as ações, as criações. Simbolicamente, corresponde a céu que governa a ação de comandar, o noroeste[12] , o sol que se põe, o fim do outono e início do inverno. Na família, representa o pai, num país é o soberano. É a essência yáng.

Kūn (坤) ☷ é um yīn qì puro. Simboliza a energia receptiva do universo. Não é a terra em si mesma, mas a energia nutritiva, receptiva, que utiliza o universo para gerar os dez mil seres com a ajuda de qián (乾). É uma força feminina, passiva, calma, dócil que segue os impulsos. Ela completa o que a força masculina iniciou. Simbolicamente, corresponde à terra que governa a nutrição, ao sudoeste[13], ao sol que descende, ao final do verão e o início do outono. Na família, representa a mãe. É a essência yīn.

O grande sinólogo Féng Yǒu Lán 冯友兰, em "Manual de história e da filosofia chinesa" (Ed. Mail) assinala : "Há uma mistura entre as influências geradoras do céu e da terra, e a transformação de todas as coisas ocorre em profusão. Há uma comunicação de sementes entre o macho e a fêmea, e todas as coisas

12. No céu posterior, mas ao sul no céu anterior.
13. No céu posterior, mas ao norte no céu anterior.

nascem. O céu e a terra são os representantes físicos do yīn e do yáng, enquanto que qián (乾) e kūn (坤) são suas representações simbólicas.

Neste texto tão simples, Féng Yǒu Lán nos mostra com precisão um ponto fundamental. É a interação entre o yīn e o yáng que é a origem de toda a criação. Ele acrescenta ainda : "Quando algo é produzido, é necessário que haja o que é capaz de produzí-lo e, também, o material de que esta produção é feita. O primeiro é o elemento ativo, o segundo o elemento passivo. O elemento ativo é viril, é yáng. O elemento passivo é dócil, é yīn. A produção das coisas exige a cooperação destes elementos". Fala-se aqui da interatividade de qián e kūn, do yīn e do yáng que são as fontes de todas as manifestações concretas no nosso universo.

Zhōu Dūn Yí 周敦颐 (1017-1073), pensador confuciano, trouxe também sua contribuição para uma melhor compreensão destes dois símbolos : "o caminho de qián é produzir o [princípio] masculino,o caminho de kūn é produzir o [princípio] feminino. Estes dois qì (气) se unem, produzindo os dez mil seres, os dez mil seres se reproduzem sem parar e as transmutações (biàn变) e transformações (huà化) são sem fim". Aqui Zhōu Dūn Yí traz uma precisão fundamental : qián e kūn, ou seja yīn e yáng são dois qì (energias).

Antes de toda criação há um caos primordial, o não-ser, o intangível, o indeterminado, o indiferenciado. Depois, acontece a manifestação. Ele assume de início a forma de uma separação de duas qualidades opostas, yīn e yáng, que produzem o céu e a terra. Em seguida estes dois pólos interagem. Os movimentos de troca nada mais são que qì. Yīn e yáng são dois qì. Fala-se de yīn qì e yáng qì. Qì é, portanto, o princípio da vida. São estes dois qì que vão gerar todos os outros qì, ou seja, os dez mil seres.

Enquanto entidades "reais", "vivas", o yīn e o yáng , antes de serem conceitos filosóficos são concretamente dois qì. O Yì Jīng não é o único a confirmar isto, na verdade, além das cosmogonias do Huái Nán Zi e do Tài Píng Jīng citados anteriormente, o Zuǒ Zhuàn e o Zhuāng Zǐ, dois grandes clássicos respectivamente confucionista e taoísta, são fartos neste sentido. "No céu há seis qì, eles descem para gerar os cinco sabores, eles se elevam para gerar as cinco cores, eles caminham para gerar os cinco sons, seus desequilíbrios geram as seis doenças. Os seis qì são o yīn, o yáng, o vento, a chuva, a escuridão e a luz" (Zuǒ Zhuàn). "Todos os fenômenos se suscitam mutualmente por seus qì yīn e yáng [14]" (Huái Nán Zi).

O Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn (capítulo 5), por sua vez, parece clarear um pouco esta noção: "O yáng transforma os qì, o yīn completa a forma". Ora, aqui o yin não está associado à um qì, mas à matéria. É uma contradição com os grandes textos filosóficos ? Não, pois como veremos no capítulo sobre o qì, no universo tudo é energia, mesmo a matéria é uma forma de energia. A energia leve, sutil é ligada ao yáng qì, enquanto a energia pesada, densa é ligada ao yīn qì. Além disso, há uma pequena passagem no ensino do Yì Jīng (Clássico das mutações) que diz que "Qián (yáng) é o grande começo, kūn (yīn) é a finalização

14. Tradução de Elisabeth Rochat De La Vallée.

dos seres". O yáng é aquele que está na origem da criação, ele dá a impulsão, não é concreto ainda, nem tangível, é o qì. O yin é aquele que finaliza a impulsão criadora do yáng. É o yīn que dá a forma, que concretiza a realização.

D - O espaço e o tempo: a causa das transformações



A vida é condicionada por dois fenômenos: o espaço e o tempo. O espaço é simbolizado pelo alto e o baixo, o céu e a terra. O tempo é simbolizado pelo antes e o depois, o céu anterior e o céu posterior. Assim, o indivíduo está situado entre quatro referências fundamentais: alto, baixo, antes, depois.

A vida é condicionada por dois fenômenos: o espaço e o tempo. O espaço é simbolizado pelo alto e o baixo, o céu e a terra. O tempo é simbolizado pelo antes e o depois, o céu anterior e o céu posterior. Assim, o indivíduo está situado entre quatro referências fundamentais: alto, baixo, antes, depois.

Antes de toda manifestação os oito trigramas estavam posicionados numa ordem harmoniosa, em equilíbrio perfeito, não havia mudanças, tudo estava estável. Aqui nasce o diagrama do céu anterior que simboliza o equilíbrio dos fenômenos quando nada é manifestado.

Observando bem este símbolo, nós percebemos que há uma perfeita complementaridade entre os trigramas. Cada trigrama se encontra de frente para o seu oposto. No entanto, a complementaridade induz a harmonia. (qián 乾) está no alto e a terra (kūn 坤) embaixo, lí (离) está em harmonia com kǎn (坎), duī (兑) com gèn (艮) e xùn (巽) com zhèn (震).

No momento da manifestação, da criação de uma coisa ou de um ser, o equilíbrio inicial é rompido e os trigramas perdem seu equilíbrio, sua ordem, sua harmonia. Todos os trigramas são deslocados. Daí nasce o trigrama do céu posterior que simboliza o universo manifestado, enquanto que o precendente simbolizava o universo não-manifestado.

A desordem do bā guà (八卦) leva à uma desarmonia. Para retomar a harmonia, os diferentes elementos que constituem os trigramas vão se mobilizar, agir, produzindo transformações incessantes. O yīn e o

yáng tentam recuperar a ordem natural[15], a estabilidade original e, para tanto, utilizam transformações e transmutações que são a base das leis do yīn yáng no plano manifestado.

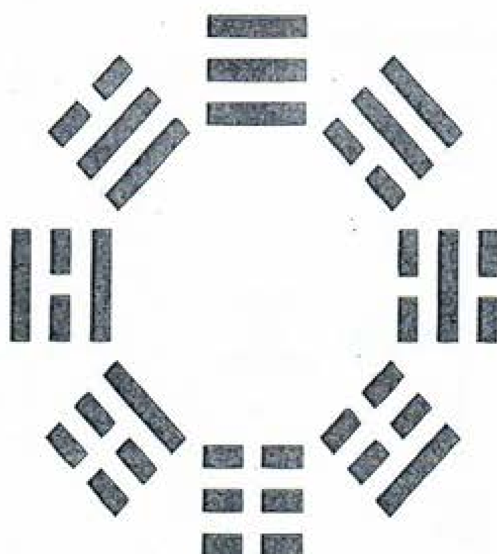


DIAGRAMA DO CÉU ANTERIOR
Diagrama atribuído a Fú Xī (伏羲)
Diagrama do mundo não manifestado

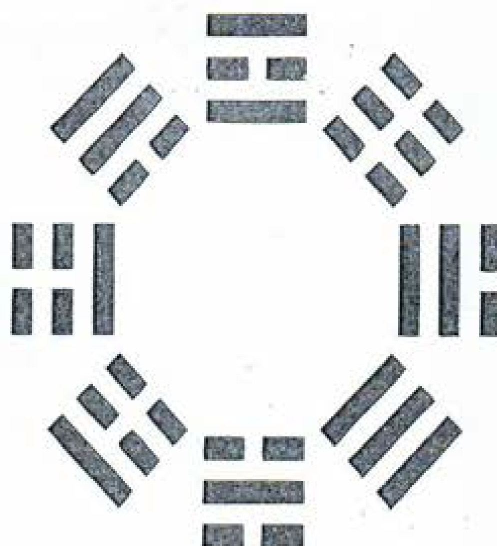


DIAGRAMA DO CÉU POSTERIOR
Diagrama atribuído a rei Wén (文王)
Diagrama do mundo manifestado

Transformação no espaço

No céu anterior, tínhamos a seguinte configuração:



qián (乾)

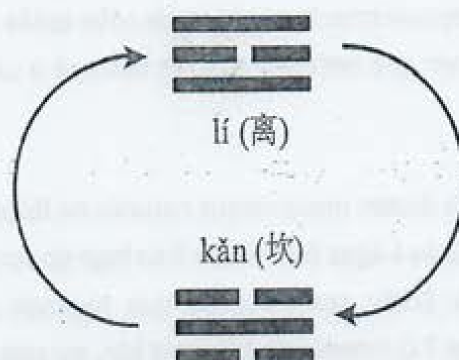
kūn (坤)



Nós estamos na presença de um yīn puro e um yáng puro, cada um em seu lugar, um no alto simbolizando o céu, o outro embaixo simbolizando a terra. Os dois se equilibram perfeitamente com toda a harmonia. Tudo está em ordem.

15. Atenção, não se deve olhar isto à partir de uma idéia moral ou qualquer sofrimento emocional. Trata-se apenas de um jogo fisiológico de forças do universo num processo natural.

No céu posterior, temos a seguinte configuração:



No trigrama do alto uma linha yīn se inseriu no yáng puro. Este se tornou um yáng relativo. Qián se torna lí. No trigrama de baixo uma linha yáng se inseriu no yīn puro. Este tornou-se um yīn relativo. Kūn torna-se kǎn. Ao nível do céu posterior, as transformações simbolizadas por uma troca entre kǎn e lí são incessantes de forma a reencontrar o equilíbrio original perdido. Os trigramas tentam trocar algumas de suas energias de forma a reencontrar a configuração do céu anterior. Este processo está na origem da fisiologia, da patologia e da morte. Quando estamos no nível do céu anterior, não há transformação, nem manifestações, é a harmonia total, é a "imortalidade". No céu posterior a desordem induz os movimentos, as transformações, os desequilíbrios, a doença, a morte. Algumas praticas taoístas consistem em reencontrar esta harmonia do céu anterior para atingir a imortalidade. Assim, as civilizações monoteístas esperam a imortalidade num **além** paradísiaco, enquanto os antigos chineses tentam encontrá-la no **aqui e agora.**

Quando a tradição diz que o homem vive entre o céu e a terra, para ser mais exato, ele vive no centro dos movimentos de troca, de subida/descida do yīn (terra) e do yáng (céu) que estão na origem de todas as transformações. O ser humano está situado entre o céu e a terra, tangido por movimentos incessantes de transformações. O nascimento, o crescimento, a doença, a morte tem por origem os fluxos de energias yīn e yáng que atravessam o homem.



"Quando o céu e a terra misturam seus
qì, os dez mil seres são gerados.
O céu recobre o alto , a terra limita embaixo.
o qì se evapora embaixo , o qì descende do alto
Os dez mils seres nascem entre [os dois]"

(Lùn Héng - Ensaios críticos).

A troca entre kǎn (坎) e lí (离) visa recuperar o equilíbrio original perfeito, o retorno ao yīn e ao yáng puros. Com este objetivo, a linha yīn tenta descer enquanto a linha yáng tentar subir. "No interior de kǎn se encontra o yáng que necessariamente sobe, se ele sobe então o yīn segue a expansão do yáng (...) No interior de lí se encontra o yin que necessariamente desce, e o yáng segue a retração do yīn", (Yī Yuán – Fontes da medicina).

Encontramos uma ilustração destes mecanismos naturais na fisiologia dos órgãos, na relação que une o coração ao rim. Kǎn é associado à água (dos rins) e lí ao fogo do coração. Na natureza, a tendência da água é descer e a do fogo é subir. Então, como explicar que, segundo a medicina chinesa, o fogo do coração desce e a água dos rins sobe ? O interior do trigrama kǎn, ou seja, a linha yáng, corresponde ao aspecto fogo na água dos rins que lhe permite subir. O interior do trigrama lí, ou seja, a linha yīn, corresponde ao aspecto água do fogo do coração que lhe permite descer. E é a mudança da linha yáng de kǎn para linha yīn de lí que provoca o movimento de transformação do yīn puro kūn (坤) e do yáng puro qián (乾).



A união de kǎn e lí também é chamada em práticas taoístas de "pequena circulação celestial". "Kǎn e lí que fazem amor é a pequena circulação celestial", (Dān Jīng Zhǐ Nán – Guia dos clássicos da alquimia). Os movimentos de troca entre o coração e os rins são uma tentativa de retorno à harmonia. Quando esta interação não é bem feita, ocorre a patologia: "A água que não sobe é uma doença, [é necessário] regular o yáng dos rins, o yáng qì está em abundância, [então] a água segue o qì (*do yáng*) e sobe. O fogo que não desce é uma doença, [é necessário] nutrir o yīn do coração, o yīn está pleno, [então] o fogo segue o qì (*do yīn*) e desce. Portanto a água enraiza o yáng, o fogo enraiza o yīn. É o yáng no interior de kǎn (坎) que faz subir, é o yīn no interior de lí (离) que faz descer" (Wú Yī Huì Jiǎng – Compilação e explicação da medicina pelo [Senhor] Wu).

A mudança entre os trigramas
kǎn (坎) e li (离)
A fim de rencontrar a harmonia original
de qián (乾) e kūn (坤)
segundo o Dào Yǎng Quán Shū
(Livro completo sobre o Dào da nutrição)

a - A transformação no tempo

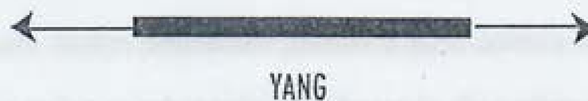
Se a transformação do yīn e do yáng pode acontecer no espaço, ela pode também se fazer no tempo. O retorno à harmonia original pode seguir um outro processo : aquele da contração e da dilatação.

O yīn é simbolizado por um traço descontínuo. Se diz também que o yin é uma condensação, uma contração. Este movimento de contração do yīn vem do fato dele tentar reencontrar sua unidade (traço contínuo). As duas partes da linha descontínua procuram se aproximar, se reunir.



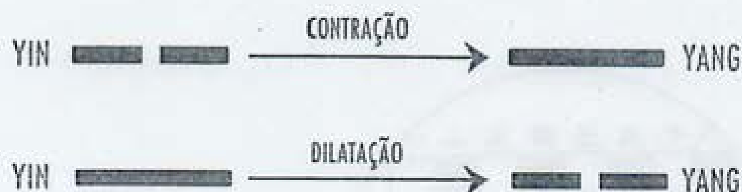
YIN

O yáng é simbolizado por um traço contínuo. Se diz também que o yáng é uma dilatação, uma dispersão. Este movimento de dilatação do yáng vem do fato dele tentar reencontrar sua descontinuidade (traço descontínuo). A linha contínua busca se dividir em duas, busca se dispersar.



YANG

O objetivo desta mudança de estado é a transformação do yīn em yáng por concentração, por reagrupamento, por contração e a transformação do yáng em yīn por estiramento, extensão, dilatação. O contínuo torna-se descontínuo e vice-versa. "É yáng o que se transmutará em yīn, (...) é yīn o que se transmutará em yáng", (Zhōu Yì Lüè Lì – Regras concisas sobre Zhou Yi).



b - Um sistema em três dimensões no espaço/tempo

Todas as mudanças podem ser explicadas pelos movimentos alto/baixo, antes/depois do yīn yáng que são as quatro direções de base de todas as manifestações do sistema espaço/tempo no qual nós evoluimos. O Yì Jīng é o livro que explica as transformações. Elas ocorrem da dualidade entre o yīn e o yáng. O objetivo destas transformações é reintegrar a unidade original, o Dào. Toda manifestação vem do não manifestado. Quando o manifestado termina seu desenrolar, ele retorna à sua origem: o não-manifestado. É a teoria do retorno do Lǎo Zǐ.

A maior injustiça que se pode fazer ao Yì Jīng (Clássico das mutações) é de vê-lo como um sistema binário traçado sobre o plano bi-dimensional ! É verdade que os esquemas e símbolos usados nos livros sustentam esta ilusão. O Yì Jīng é um sistema em três dimensões, assim como a realidade. Por exemplo, não é um círculo que se deve ver no símbolo do tài jí (太极), mas uma bola. Quando se evoca

os movimentos de transformações dos princípios yīn e yáng associados ao tempo e ao espaço, os dois processos não estão separados, ao contrário, são simultâneos. Também quando se fala do céu anterior e céu posterior, é necessário compreender que os dois céus "existem" simultaneamente. Por outro lado, mesmo o Yì Jīng sendo um instrumento de raciocínio às vezes semelhante à matemática, em nenhum caso ele é binário.

E- Conclusões sobre os ensinamentos do Yì Jīng

Segundo os ensinamentos do Yì Jīng (Clássico das mutações) podemos deduzir os seguintes fatos:

1 - O yīn e o yáng são qì (气). Ou seja, dois dinamismos que estão na origem dos movimentos e transformações do universo manifestado.

2 - Tudo no universo está em processo contínuo de mudança

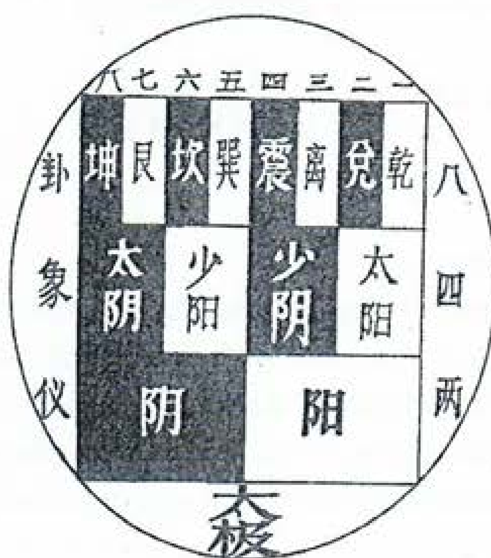
3 - Yīn é mais frio, úmido, escuro, feminino, calmo, associado à Terra. É o yīn qì.

4 - Yáng é mais quente, seco, brilhante, masculino, móvel, associado ao céu. É o yáng qì.

5 - A interação entre o yīn qì e o yáng qì gera todas as coisas e todos os seres.

6 - O céu anterior é um estado harmonioso. O céu posterior é um estado não-harmonioso, fonte dos movimentos e transformações.

7- O Yì Jīng não descreve um sistema binário e em duas dimensões, mas um sistema dinâmico em três dimensões.



"No Yì[16], há o tài jí (太极) que gera os dois princípios (liǎng yí 两仪). Os dois princípios formam as quatro representações (sì xiàng 四象). As quatro representações geram os oito trigramas (bā guà 八卦)".

Yì Jīng (Clássico das mutações)

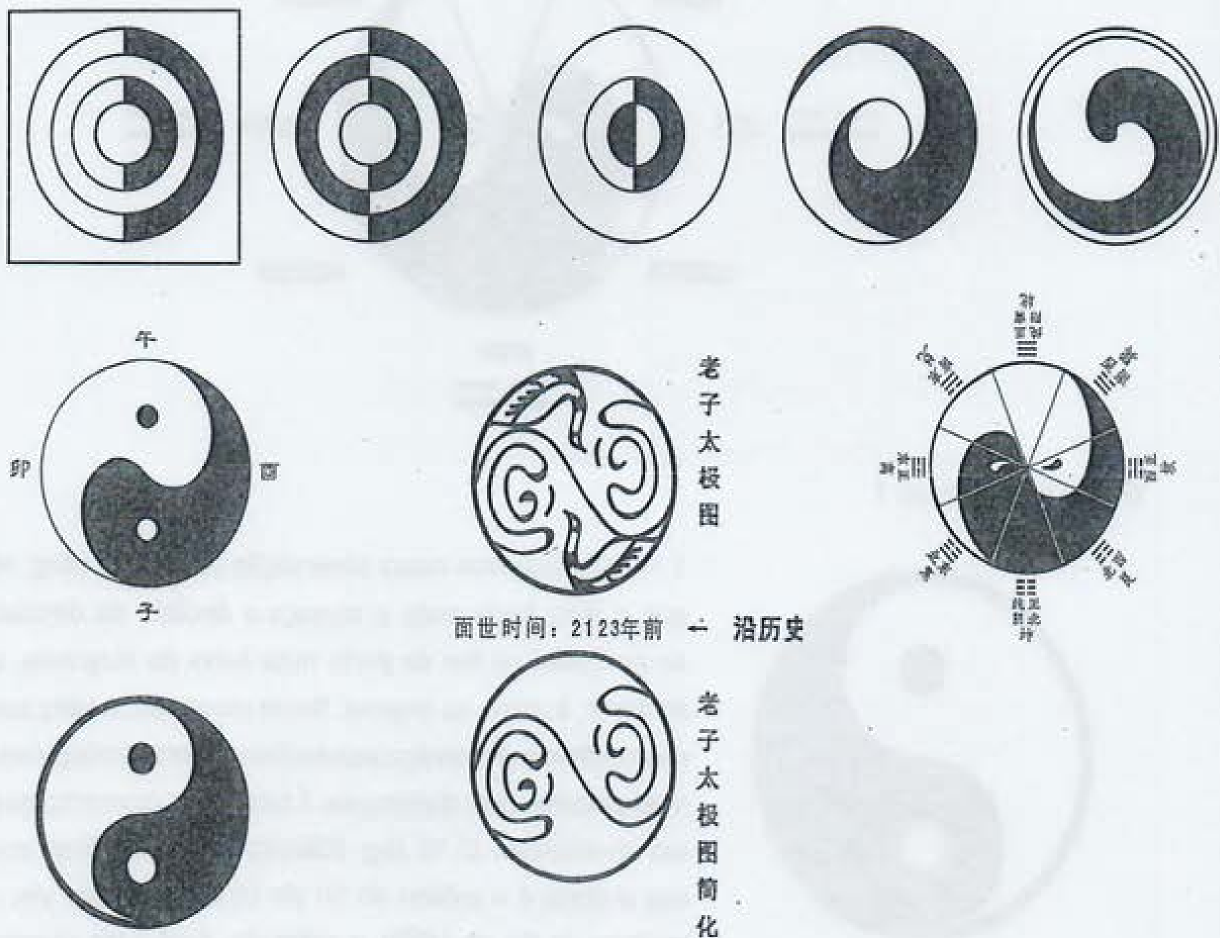
16. O Yì (易) : princípio de transformação e de mudança, é o Yì de Yì Jīng (Clássico das mutações).

IV - O YĪN YÁNG SEGUNDO A SIMBOLOGIA DO TÀI JÍ TÚ (太极图)

Quem não conhece a figura do tài jí (太极) que representa a bipolaridade da vida, ou seja o yīn e o yáng? No entanto, ele é muito frequentemente mal compreendido. Vamos tentar entender a mensagem. Sua criação parece mais recente que as teorias do yin yáng. Se o Yì Jīng (Clássico das mutações) já cita o tài jí, o diagrama em si, o tài jí tú (太极图), dataria segundo alguns especialistas das dinastias Song (960-1279). Outros pesquisadores pensam que ele é um pouco mais antigo, provavelmente anterior à dinastia Tang (618-907) Em qualquer caso, este símbolo é um dos meios de estudar a essência do yīn yáng.

1- O que é o tài jí tú (太极图)?

Como pudémos ver mais acima, a "manifestação suprema", o tài jí (太极), emana do "sem manifestação", o wú jí (无极) que é o caos primordial, a mulher obscura, segundo o taoísmo original. O tài jí tú (太极图) é a representação gráfica, simbólica do universo manifestado no qual as forças complementares e opostas do yīn e do yáng estão na origem dos dez mil seres. Existem diferentes diagramas do tài jí que tem, cada um, seu interesse e sua significação particular. Nós apresentaremos aquelas que são as mais conhecidas.

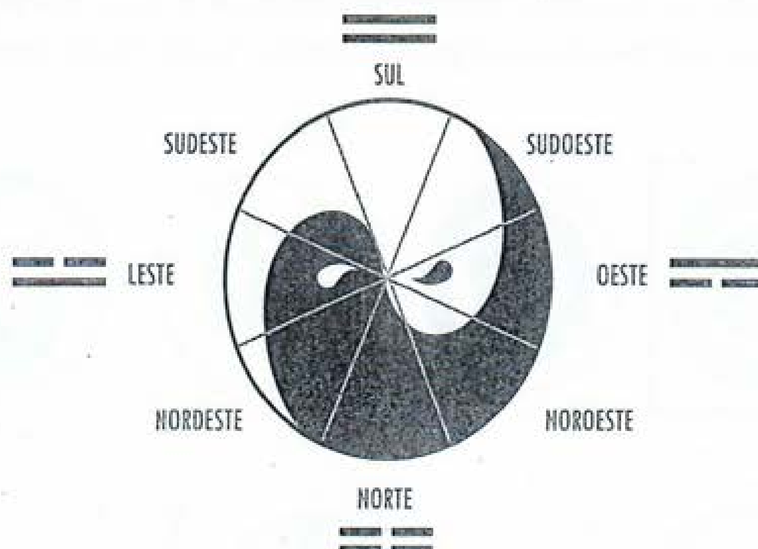


Diferentes representações do Tài Jí Tú 太极图
Cada uma representa um estado da cosmogonia

2 - *Significado simbólico do diagrama do tài jí (太极)*

Nós estudaremos o diagrama mais conhecido do tài jí , que representa dois "girinos" que se entremeiam e que os chineses chamam de "tài jí tú dos peixes yīn yáng". Por convenção, nós consideramos que a parte branca é associada ao yáng e a parte preta ao yin. A primeira representação é uma das variantes do "tài jí tú dos peixes yīn yáng" que é mais precisa para mostrar as variações das cores preta e branca e também a distribuição das oito direções ou seções que tem cada uma sua "dosagem" precisa de yīn/yáng.

A China antiga era antes de tudo um povo sedentário e camponês. Naturalmente, esta sociedade dependia do bom querer do céu e em particular do grande yáng: o sol. Para observar o sol é necessário se virar para o sul, razão pela qual a orientação geográfica é tradicionalmente sul/norte e não o contrário como na nossa geografia moderna.



O que observamos ?



o olho branco no peixe preto
o olho preto no peixe branco

1 - Se começarmos nossa observação pela parte yáng, nós vemos que o yáng inicia onde o começa o declínio do domínio do yīn, ao nordeste, no fim da parte mais baixa do diagrama, associado ao norte, à noite, ao inverno. Neste momento, o yáng começa sua renovação e o yīn começa seu declínio. O norte é o lugar onde o yin é mais potente, mais dominante. É também o momento que anuncia sua diminuição. O Yì Jīng (Clássico das mutações) nos explica que o norte é o palácio do tài yīn (太阴), o grande yin, chamado também de lǎo yīn (老阴), o velho yīn. Aqui o yīn chegou ao final da sua dominação, está um pouco "usado" e deixa espaço para o renascimento do yáng.

2 - Em seguida, o yáng continua seu desenvolvimento à esquerda do diagrama que é associado simbolicamente ao leste, à manhã, à primavera. Começa a ter mais importância. Simultaneamente e proporcionalmente, o yīn declina em conformidade.

3 - Depois, o yáng toma toda sua amplitude ao sul. Está no seu apogeu enquanto que o yīn está no seu enfraquecimento máximo.

4 - Ao sudoeste no mesmo momento onde o yáng começa um desgaste da sua dominação, o yīn começa seu renascimento. Ele começa sua expansão, mesmo si neste estágio, ele ainda está fraco.

5 - O yáng continua seu declínio à direita do diagrama que é associado simbolicamente ao oeste, ao período da tarde, ao outono. Paralelamente o yīn adquire cada vez mais amplitude à medida em que o yáng diminui.

6 - O yáng alcança seu enfraquecimento máximo onde o yīn está no seu apogeu, na direção norte.

7 - O ciclo recomeça de forma idêntica de maneira infinita, segundo o princípio do círculo que não tem começo nem fim. Nós relatamos o processo observando a evolução do yáng, mas poderíamos tê-lo feito à partir do yīn. Os dois fenômenos são interdependentes e portanto operam simultaneamente com o mesmo nível de importância.

8 - É importante observar que no máximo do yīn, persiste um pouco de yáng, ele não desaparece completamente. Este é simbolizado pelo "olho branco" no "peixe preto". No máximo do yáng, persiste um pouco de yīn, este não desaparece completamente. É simbolizado pelo "olho preto" no "peixe branco".

O que podemos deduzir destas observações ?

1 - O yīn e o yáng se expandem e se retraem sem parar. Estão em movimento permanente. Seus estados nunca são imóveis, são sempre flutuantes. Isto demonstra a natureza dinâmica, mutante de todos os fenômenos. Mas atenção, apesar da ilusão que nos dá o diagrama do tài jí, as ondas de crescimento/decrescimento do yīn e do yáng não são necessariamente constantes. As idas e vindas do yīn e do yáng não são idênticas àquelas de um metrônomo. O tempo e o espaço, no universo manifestado, se expandem e se retraem de maneira variável de acordo com as necessidades do momento e sempre com objetivo de manter o equilíbrio.

2 - O dinamismo do diagrama provém da interação de dois princípios que se opõem e se enfrentam. Quando um dos aspectos progride o outro se retira. Embora o yīn e o yáng sejam dois princípios opostos, esta oposição se faz dentro de uma complementaridade, na ajuda mútua, na participação. O yīn é esta parte escura sem a qual o yáng não poderia existir. O yáng é esta parte luminosa sem a qual o yīn não poderia se manifestar. Isto faz alusão ao axioma do poeta Audiberti: "a escuridão

secreta do leite". É a escuridão escondida do leite que faz com que ele seja de uma brancura luminosa no exterior. Sem o preto, o branco não existiria e vice-versa. A mulher e o homem possuem algumas diferenças fisiológicas que lhes permitem ser complementares. É graças à esta complementaridade que a espécie humana se perpetua. É a interação/oposição/complementaridade entre yīn e yáng que é o motor da vida.

3 - No momento em que um destes dois princípios atinge seu apogeu, ele começa a decrescer para dar espaço ao outro. No seu auge o yáng declina e deixa espaço ao yīn. Da mesma forma, é no máximo do yīn que o renascimento do yáng se opera. No zênite das duas forças, há uma transmutação. Nada subsiste por muito tempo no mesmo estado. A vida, qualquer que seja sua manifestação, não está congelada. Ao contrário, tudo evolui sem parar e em caso de tensão extrema ou de realização de um ciclo, uma metamorfose se produz. A mudança é o processo fundamental, essencial, incontornável, do universo. É uma das principais leis do yīn yáng. O Yì Jīng (Clássico das mutações) foi um dos iniciadores das teorias do yīn yáng. Ora, Yì (易) significa "mutação", "transformação", "mudança". Os princípios do yīn yáng não são nada mais que uma ilustração das leis que regem no mundo impermanente.

Este processo deriva de uma lei universal descrita no Dào Dé Jīng (Clássico do Caminho e sua Virtude), capítulo 40 : "o retorno é o movimento do Dào[17]" e no capítulo 25 : "(...) mas eu ignoro seu nome, eu o chamarei Dào, e se tivesse que lhe dar um nome, este seria grandeza". Grandeza significa expansão. A extensão implica num afastamento. O afastamento exige retorno[18] . Quando alguma coisa, um fenômeno, um ser, atinge o apogeu, em estado extremo, inexoravelmente ele se transforma para retornar ao seu estado original do qual ele partiu. Após a expansão, há um retorno para o estado que o fenômeno tinha originalmente. "A manifestação suprema (tài jí 太极) se move, então gera o yáng, o movimento é extremo então ele se acalma, [a manifestação suprema] é calma, gera o yīn. A calma extrema gera o retorno do movimento. O movimento e a calma se enraizam um no outro", (Tài Jí Tú Shuō [太极图说] – Doutrina sobre o diagrama da manifestação suprema) de Zhōu Dūn Yí.

4 - O olho preto da parte branca ou o olho branco da parte preta, significam que em nenhum momento, nenhuma das duas forças desaparece completamente, mesmo quando ela está no nível mais baixo. Isto é ilustrado pelo ditado : "Há o yīn dentro do yáng. Há o yáng dentro do yin", (Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn – capítulo 66). No mundo manifestado, o yin e o yáng estão sempre presentes um junto ao outro. Mesmo se houver variações em suas proporções, eles estão sempre juntos, constantemente unidos. Eles estão enraizados um no outro, um não pode existir sem o outro. A separação deles marca a parada da bipolarização que está na origem da vida, ela significa a morte. No tài jí tú (太极图), nada é 100% yin ou 100% yáng. Mesmo quando um domina fortemente o outro, uma pequena parte do outro permanece. É

17. Tradução de Anne Cheng, em "História do pensamento chinês", Ed. do Seuil, página 197
18. Tradução do Dào Dé Jīng por Liou Kia-Hway, Tao Tö King, Edições Gallimard, Paris, 1967. Anne Cheng, propõe a seguinte tradução: "não conhecendo o seu nome, eu o chamo Dào. Na falta de outro nome, eu o chamaria grande. Grande para dizer que se expande. Se expandindo, ele se estende ao longe. No extremo longínquo, ele retorna." (História do pensamento chinê), Ed. do Seuil, página 196 e 197.

isto que permite o equilíbrio da continuidade do ciclo, a união permanente do yin e do yáng é o que gera os dez mil seres. No nível do tài jí, o yīn e o yáng são impensáveis um sem o outro.

5 - Os movimentos e variações do yīn e do yáng induzem um ciclo, um ritmo que se renova sem parar. Tudo na natureza e no homem se baseia nestes ciclos. Desde aquilo que é mais gigantesco em nosso mundo, como os planetas, até o que há de mais ínfimo em nós, como as células, tudo possui um funcionamento baseado em ciclos que possuem seus ritmos próprios. As noções de ciclo são permanente na fisiologia humana. Uma vez fora destes ciclos, o equiíbrio yīn yáng é rompido e a patologia aparece. "O tài jí (太极) se agita, então nasce o yáng, quando está calmo então nasce o yīn, o yáng se agita então (gera) o fogo, o yīn está calmo então (gera) a água". (Yī Xué Qǐ Méng Huì Biān – Coletânea inicial dos ensinamentos médicos).

3 - Tài Jí Tú (太极图) : Alguns erros de interpretação a serem evitados

Não manter uma imagem fixa

O diagrama do tài jí não é uma foto pontual de um dos estados do processo de transformação incessante. Na realidade é extremamente difícil, talvez impossível, apresentar um movimento, um ciclo, uma transformação permanente sobre um plano fixo e estático. Obrigatoriamente ele pode dar a ilusão de um todo estático, o que não é o caso. Para esclarecer nossa proposta, apresentamos estas diferentes etapas, que são por sua vez, instantes do movimento permanente.



Os pequenos pontos preto e branco se desenvolvem cada vez mais até tornar-se uma cor dominante, o yīn se transforma em yáng, o yáng em yīn.

Representação em duas dimensões de uma realidade em três dimensões

O tài jí tú tem o incoveniente de nos dar a impressão que yīn e yáng se exprimem num plano em duas dimensões. Este não é, absolutamente, o caso. Trata-se de uma representação gráfica sobre o papel, em duas dimensões, de uma realidade que é em três. Para ter uma imagem mais próxima da realidade, seria necessário visualizar uma esfera em movimento onde a aparência muda constantemente.

Qual é o bom sentido do tài jí tú?

Segundo alguns livros os diagramas "giram" para a direita, em outros para a esquerda. Uma certa anarquia parece dominar quanto à direção deste símbolo. Na verdade, a direção correta parece ser

aquela do sentido das agulhas de um relógio que é aquela da circulação do qì (气) no mundo manifestado [19] (céu posterior), aquele da concretização, da tomada de forma.

A parte preta dominante é a da direita ou da esquerda?

Algumas representações colocam a parte dominante preta (yin) à direita, outras à esquerda. Aqui também parecem haver algumas incoerências. Se considerarmos que o tài jí tú é colocado tradicionalmente num eixo Sul/Norte e Leste/Oeste, o yīn preto lógicamente predomina em baixo e ao norte, enquanto o yáng branco predomina no alto e no sul. Assim também, a parte preta do diagrama domina à direita e a parte branca à esquerda.

Quais são as cores tradicionais do tài jí tú?

Se representa frequentemente o tài jí tú em preto e branco, às vezes preto e vermelha. Não podemos dizer que existam cores "oficiais". No entanto, nos meios mais esotéricos da tradição chinesa, associam o yáng ao vermelho e ao yīn o azul escuro. O vermelho é a cor do fogo (yáng) e o azul escuro a cor das águas profundas (yin).

O tài jí tú é o qì (气)

Para se ter um compreensão correta do tài jí tú, não se deve esquecer que ele representa a expressão de dois qì : yīn qì e yáng qì. O tài jí, finalmente, representa a fonte de toda a manifestação: o qì. O yīn e o yáng são as duas faces deste qì. O tài jí tú testemunha a unidade destas duas forças que pertencem à uma mesma coisa: o qì.

V - O YĪN YÁNG DE ACORDO COM A SIMBOLOGIA DE SEUS CARACTERES CHINESES

1 – Compreender a simbologia dos caractéres yīn e yáng.

Para refinar o estudo destes dois conceitos abstratos, iremos analisar o significado de seus ideogramas. Para isto nós usamos a explicação clássica da simbologia dos caractéres yīn yáng, segundo a grafia antiga. Aquela usada hoje em dia na China popular (阴阳) é menos interessante para esta demonstração.

陰 陽

YIN YANG

19. Ao menos no hemisfério norte, onde este símbolo foi criado. Importante notar que em grandes templos das grandes religiões, a circulação natural nos locais também se faz da esquerda para a direita.

Cada caractére é composto de dois elementos. O primeiro se encontra nos dois ideogramas. Ele se se refere a um muro ou uma colina. Trata-se do: 阝

Em seguida, para o yīn, o segundo elemento é composto de duas partes que significam 今 : atual e 云: nuvem

Para o yáng, o segundo elemento também é composto de duas partes que significam 日 : o sol acima do horizonte ou o sol nascendo acima do horizonte 勿 : que segundo as interpretações quer dizer os movimentos das bandeiras flutuantes ao vento ou os raios luminosos ao sol.

A observação do conjunto destes elementos nos permite as seguintes conclusões: yīn é associado à idéia de presente, sombra, umidade (nuvens). Yáng é associado à idéia de luz (sol), calor (sol), de movimento (o sol se levanta acima do horizonte, a bandeiras tremulando...) Primitivamente o yīn significava o lado norte, frio e úmido de uma colina. Podemos concluir que o yīn é mais associado à sombra, ao frio, ao norte, ao que está escondido ou coberto e o yáng é mais associado à luz, ao calor, ao sul, ao que é visível ou descoberto. A simbologia destes dois caractéres completa, então, as constatações que nós tínhamos feito no estudo do yīn yáng através dos ensinamentos do Yì Jīng (Clássico das mutações).

VI - Quais conclusões tirar das cosmogonias taoístas, do Yì Jīng, do Tài Jí Tú e dos ideogramas?

Vamos tentar resumir as diferentes informações que recolhemos nas seções anteriores. Elas nos permitirão acessar à uma primeira vista, de forma resumida, o que representa o yīn yáng no plano geral. Elas servirão de suporte para aplicar estes grandes princípios à medicina chinesa. Evidentemente seria ingênuo acreditar que tenhamos esgotado todos os sentidos escondidos do yīn yáng. O que apresentamos só ofereceu o estritamente básico para começar a raciocinar no âmbito médico do yīn yáng.

- O wú jí (无极) gera o tài jí (太极). O não-manifestado gera o manifestado.
- O tài jí representa a interação do yin e yáng que gera todas as manifestações no universo manifestado.
- O yīn e o yáng são dois qì (气) cuja interação gera os movimentos e as transformações do universo manifestado.
- No mundo manifestado, a interação do yīn e do yáng gera a vida, sua separação provoca a morte.
- O yīn e o yáng estão em movimento permanente, então em transformação permanente.
- Os movimentos do yīn yáng provém de suas confrontações, de suas posições, de suas complementaridades.

- No seu apogeu, cada um dos princípios começa a declinar em favor do aspecto oposto. Há uma transformação quantitativa permanente. Nenhum estado dura eternamente, tudo está em perpétua mutação.
- Todo estado extremo leva à uma transmutação radical. Trata-se então de uma transformação qualitativa do yīn em yáng ou vice versa.
- É durante a dominação máxima do yīn que se inicia o declínio do yīn e que é renovado o crescimento do yáng e vice versa.
- O yīn e o yáng são inseparáveis, interdependentes, indivisíveis. Se eles estão em desequilíbrio um em relação ao outro, é a desarmonia. Se eles estão dissociados, é a morte ou o fim definitivo do fenômeno, do processo, do ser.
- A união e a interação do yīn e do yáng geram ciclos que dão ritmo ao conjunto dos processos naturais
- É o yīn que estrutura e dá forma.
- E o yáng que dinamiza, que dá força.
- O yīn é mais associado à terra, à escuridão, à água, à umidade, ao frio, à calma, ao feminino.
- O yáng é mais associado ao céu, à luz, ao fogo, à secura, ao calor, à mobilidade, ao masculino.

VII – Qual é o interesse em estudar os conceitos filosóficos abstratos em medicina?

Para que complicar a vida com conceitos filosóficos tão abstratos? Simplesmente porque estes princípios são parte integrante da medicina chinesa.
Por exemplo: nós dizemos: "Quando o yáng é extremo, o yīn está retraído". Isto significa que quando o calor interno (yáng) é muito forte, ele expulsa os líquidos (yīn) para o exterior. "O yáng é gerado à partir do yīn". Isto significa, por exemplo, que para tonificar o yáng dos rins, deve-se tonificar o yīn dos rins, como faz a shèn qì wán (Pílula para tonificar os rins) e suas variantes. Porque o jīng (yīn) do rim detém a propriedade de se transformar em qì (yáng) dos rins. "Em caso de doença yáng, tratar o yīn". Isto significa, por exemplo, que em caso de ascensão do yáng do fígado, é preciso nutrir o yīn do fígado para controlar e acalmar o yáng. "O yīn e o yáng se transformam mutualmente um no outro". Isto significa, por exemplo, que uma doença do tipo frio pode se transformar em calor, etc.

O yīn e o yáng são a trama subjacente da medicina chinesa. Eles são a linguagem básica deste sistema médico. Eles resultam, é claro, do pensamento chinês, mas são princípios filosóficos de âmbito universal que tem aplicação concreta e palpável em medicina e em numerosas outras áreas. O sistema yīn yáng é antes de tudo um instrumento exploratório que é de extrema precisão e grande eficácia para estudar a vida, a natureza e o ser-humano.

VIII – DEFINIÇÃO DO YĪN YÁNG

Paradoxo

Como eu disse na introdução deste capítulo, os chineses têm horror de isolar um conceito numa definição. Eles preferem utilizar a analogia, a alegoria, dar um monte de exemplos da manifestação do tal fato em vez de defini-lo numa idéia fechada de ideogramas. O que se segue é, portanto, um contrasenso oriental para responder à uma necessidade ocidental.

Definição

O yīn e o yáng são dois princípios universais bipolares, complementares, opostos, interdependentes e unidos que explicam os movimentos do universo, da maneira como as coisas nascem, crescem, decrescem e morrem através da valsa incessante de mutações/transformações. Eles são também os dois costituintes fundamentais (substâncias yīn qì e yáng qì) de todas as coisas e fenômenos do universo. Toda manifestação pode ser explicada pelas leis do yīn yáng.

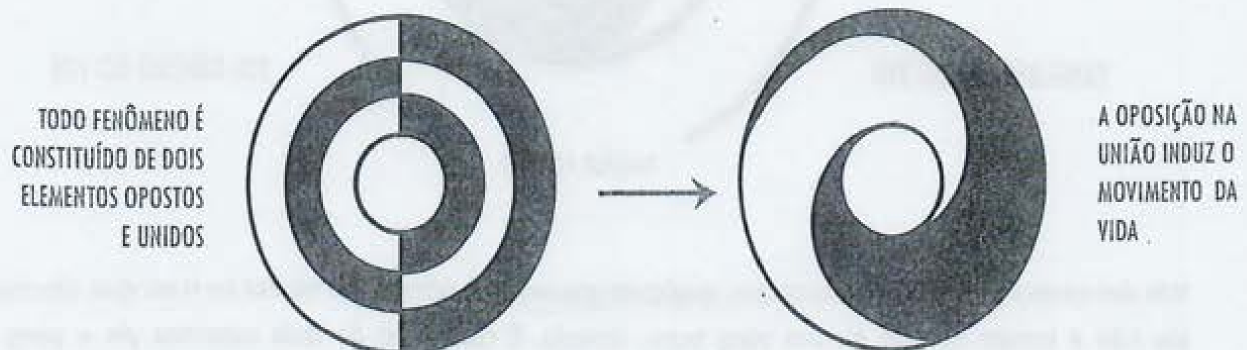
Em outros termos...

1- Eles constituem uma ferramenta, um método pragmático para compreender a vida (exemplo: aplicações das teorias do yīn yáng à medicina chinesa). Trata-se de uma matriz de pensamento para o estudo de todos os fenômenos e a explicação do enigma da vida.

2- Correspondem à duas energias fundamentais cuja interação está na origem da criação do universo (cosmogonia) e de todo fenômeno manifestado. Evidentemente estas duas realidades se interpenetram e são interdependentes. É necessário considerá-los como duas facetas de um mesmo princípio.

Propriedades do yīn yáng

As teorias do yīn yáng nos ensinam que todas as coisas, todos os fenômenos, toda realidade sutil ou concreta é composta de dois qì (气) opostos mas unidos : o yīn yáng. É a oposição destes dois elementos na união que está na origem do movimento, da transformação que induz o nascimento, o desenvolvimento e o declínio de todos os fenômenos.

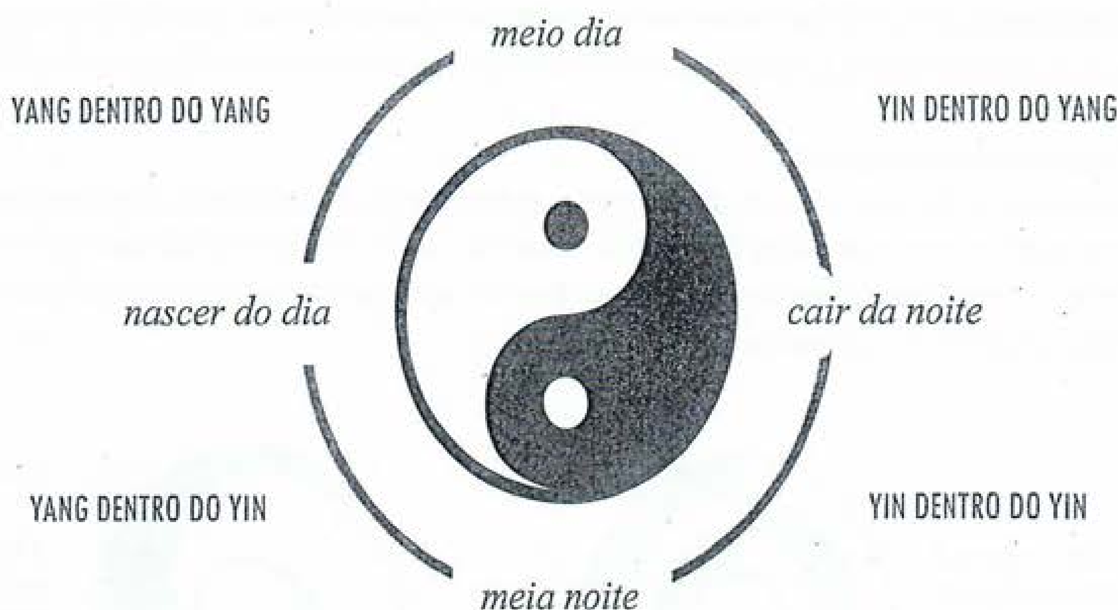


IX - Classificação dos fenômenos de acordo com o yīn yáng

Se compreendemos bem que não existe yīn sem yáng e vice-versa, que mesmo que um dos dois princípios domine, não há jamais uma fase 100% yīn ou 100% yáng, então é fácil tomar consciência de que as classificações "yīn yáng" que nós apresentamos não são absolutas mas somente relativas. Quando dizemos que tal objeto é yīn, na verdade ele mantém simultaneamente uma qualidade yīn e yáng. Por outro lado, num sentido pedagógico ou prático, ele pode ser classificado como yīn. Neste caso, quer dizer que numa determinada situação, num determinado ponto de vista, de acordo com um determinado ponto de vista, é sua natureza yīn que domina.

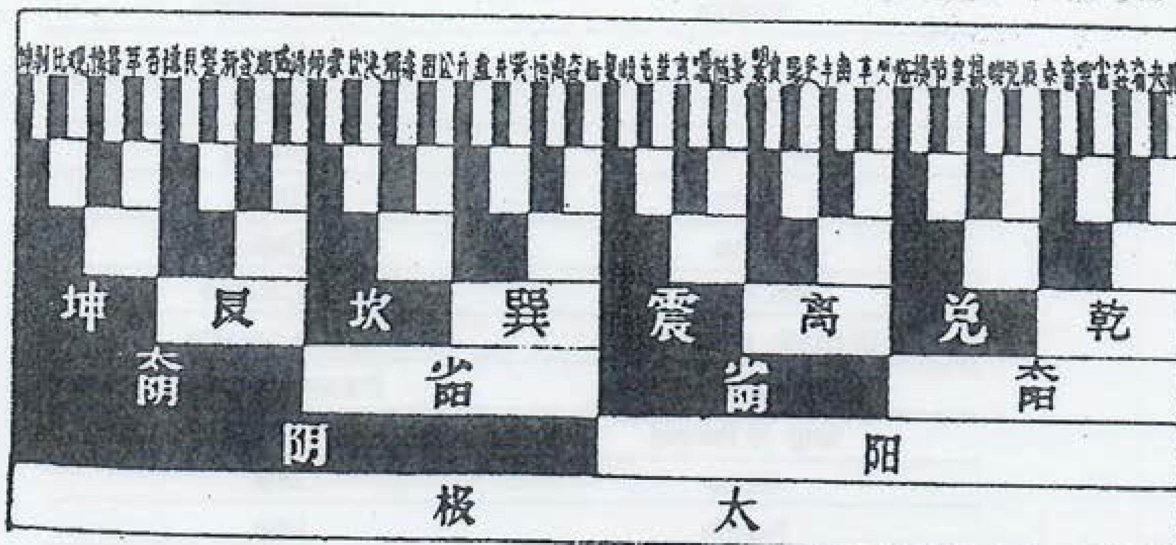
A classificação é sempre relativa e jamais absoluta. De qual natureza é a água morna? Yīn ou yáng? Yīn se nós a compararmos com água quente, yáng se nós a compararmos com água fria. Para descrever esta relatividade utilizamos a expressão "yīn dentro do yīn", "yáng dentro do yīn", "yáng dentro do yáng", "yīn dentro do yáng", etc., que definem a qualidade de uma coisa, de um fenômeno ou de um ser de acordo com um ponto de referência específico. Para ilustrar esta idéia, o exemplo tradicional dos períodos do dia é utilizado.

O dia é yáng e a noite é yīn. Do nascer do sol até o meio-dia, trata-se do yáng dentro do yáng, do meio-dia até o pôr-do-sol, trata-se do yīn dentro do yáng, do crepúsculo até a meia-noite, é o yīn dentro do yin e da meia-noite até a aurora, trata-se do yáng dentro do yīn.



Nós devemos sempre nos lembrar que, qualquer que seja o fenômeno, o objeto ou o ser que observemos, ele não é jamais um yīn ou um yáng puro, isolado. É composto de dois aspectos yīn e yáng. Cada uma destas partes pode, ela também, se dividir em duas sub-partes yīn e yáng e cada uma destas sub-partes pode se dividir em duas sub-sub-partes, etc. A divisão é infinita. Isto é muito bem

demonstrado pelo diagrama dos 64 hexagramas do Yì Jīng. O tài jí (太极) se divide em dois princípios (liǎng yí 两仪) yīn e yáng. O yīn gera dois símbolos (xiàng 象), o yáng faz o mesmo. Cada princípio gera dois trigramas (guà卦). A partir daí de cada elemento se divide em dois, até formar 64 hexagramas. Esta ilustração demonstra a natureza bipolar de cada fenômeno.



Nós vamos ceder ao hábito de dar uma classificação de algumas manifestações de acordo com os princípios yīn e yáng. Novamente, insistimos que esta é apenas relativa. Ela foi elaborada à partir de antigos tratados médicos ou filosóficos chineses: Nèi Jīng (Clássico Interno), Yì Jīng (Clássico das mutações), Dào Dé Jīng (Clássico do Caminho e sua Virtude), Guǎn Zi, etc. A título de ilustração, eis alguns exemplos:

"Qián (乾) é o caminho que produz o homem, kūn (坤) é o caminho que produz a mulher (...). Qián é uma coisa yáng, kūn é uma coisa yīn (...). Qián é o céu, porque ele é dito o pai, kūn é a terra, porque ela é dita a mãe", Yì Jīng (Clássico das mutações).

"O sol é representado pelo yáng, a lua é representada pelo yīn", (Guǎn Zi).

"O céu é yáng, a terra é yīn, o sol é yáng, a lua é yīn", (Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn – capítulo 9).

"A água é yīn, o fogo é yáng, o yáng é qì, o yīn é sabor". (Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn – capítulo 5).

"A calma é yīn, a agitação é yáng, a lentidão é yīn, a rapidez é yáng". (Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn – capítulo 7).

"A agitação é a transformação do fogo. A quietude é a transformação da água. A quietude é yīn, a agitação é yáng. O yáng é o calor. O yīn é o frio" (Rú Mén Shì Qīn – Cuidados dos confucionistas para com seus pais).

EXPRESSÃO DO YĪN YÁNG NO UNIVERSO E NA NATUREZA

YĪN	YÁNG
Terra	Céu
Lua	Sol
Sombra	Luminosidade
Turvo	Claro
Interior	Exterior
Meia-noite	Meio-dia
Noite	Dia
Água	Fogo
Frio, frescor	Calor, morno
Umidade, umidecedor	Secura, secante
Outono, inverno	Primavera, verão
xíng 形 (forma)	Qì 气 (energia)
Denso	Sutil
Pesado	Leve
Descendente (descida)	Ascendente (subida)
Entrada	Saída
Centrípeto, imergente	Centrífugo, emergente
Baixo, inferior	Alto, superior
Interno	Externo
Fraqueza	Vigor
Calmo	Agitado
Repouso, imobilidade	Movimento, mobilidade
Lentidão	Rapidez
yǎng (养)*: nutrir, manter, gerar	zhǎng (长) : espalhar, expandir, dilatar
Feminino, fêmea	Masculino, macho

*Nota de tradutor : atenção não confundir este termo com o termo yáng da polaridade yīn yáng

Com a compreensão das grandes características gerais que nós estabelecemos anteriormente e o conjunto destas classificações, torna-se mais fácil "pensar" em termos de yīn yáng. A água na natureza é fria e escorre para baixo. Tudo é de natureza yīn. Ela então é classificada como yin. O fogo na natureza é quente e se eleva inflamando. Tudo é de natureza yáng. Ele então é classificado como yáng. O perigo aqui reside na crença que as coisas são concretamente do yīn ou do yáng. O yīn e o yáng são as forças que sub-entendem, que modelam as coisas e os seres. Eles não são as coisas e o seres em si mesmos. São forças inatingíveis como nos lembra o capítulo 41 do Huáng Dì Nèi Jīng Líng Shū: "o yīn yáng tem nome mas não tem forma tangível". Além disso, eu diria que é mais vantajoso integrar os gran-

des princípios subjacentes desta concepção de mundo, do que mergulhar nesta intemrinável taxionomia. Enfim, deve-se notar que não há o menor julgamento moral nestas classificações. Não se trata de um lado o bem e do outro o mal, o superior e o inferior. Todas estas características estão sobre os mesmo plano pois são indissociáveis, interdependentes.

X - Características do Yīn Yáng

A partir do estudo metafísico e filosófico que nós acabamos de fazer, iremos sintetizar as grandes características e os princípios universais do yīn e do yáng que existem no interior de todos os fenômenos. Estas leis podem ser reduzidas à três noções : a oposição, a unidade, a transformação. Nós completaremos aqui por uma exposição sobre os movimentos do yīn e do yáng.

1 - Oposição do yīn e do yáng

A natureza e o funcionamento do yīn e do yáng são fundamentalmente opostos. Esta realidade se observa muito facilmente na natureza : o yīn é sombra, o yáng é luminosidade, o yīn é frio, o yáng é quente, o yin é calmo, o yáng é agitado, o yīn é água, o yáng é fogo, o yīn é noite, o yáng é dia, etc. Desta confrontação de opostos que nascem o dinamismo, o movimento, a transformação. É o motor que gera os dez mil seres. É a força que cria a vida. A oposição faz parte dos mecanismos da vida.

O yīn qì e o yáng qì em seu antagonismo dinâmico produzem o conjunto dos outros qì e de outras formas[20] do universo manifestado. Todas as manifestações provém e integram sempre em seu interior dois aspectos contrários : o céu e a terra, o verão e o inverno, o frio e o calor, o dia e a noite, o norte e o sul, o interno e o externo, o alto e o baixo, a entrada e a saída, a subida e a descida, a agitação e a calma, a rapidez e a lentidão, etc. É no interior destes fenômenos que esta oposição gera o movimento e a transformação na origem da vida e do universo. Esta oposição é regida por duas leis: a restrição mútua e o crescimento/decrescimento do yīn e do yáng.

a - Restrição mútua entre o yīn e o yáng

"(No) céu, (existe) o yīn e o yáng, o frio e o calor de verão, as estações se restringem [mutualmente]", (Sūn Zǐ). Esta noção de restrição mútua se apoia no fato de que o yīn e o yáng são as duas partes opostas que compõem todas as coisas e todos os seres. Cada um tenta limitar e inibir o outro. Desta luta nasce o movimento criador que está na origem da vida. Segundo a visão taoísta, a vida, o universo, o homem deve estar em harmonia. E isto se situa no meio, « exatamente » no meio. O excesso é sempre prejudicial à esta harmonia. Assim, esta restrição mútua é um mecanismo que tende à evitar os excessos e visa manter os fenômenos dentro de uma forma de equilíbrio. Para evitar o abuso, um retém o outro. Este controle é uma restrição do apoio mútuo, para gerar constantemente a necessária

20. Como explicamos no capítulo sobre o qì, mesmo a mais densa das matérias, a mais yin é um qì. O qì, sob diferentes densidades, sob diferentes expressões, se mantém fundamentalmente o mesmo sob a valsa ininterrupta das transformações do yīn e do yáng.

harmonia à vida, para conservar o dinamismo vital, os ciclos, os ritmos. É graças a isso que o yin e o yáng se mantém unidos e formam um todo. A unidade do yīn e yáng provém da restrição mútua entre o yīn e yáng.

A observação das estações nos esclarece sobre a lei de restrição mútua. A primavera é associada ao morno, o verão ao quente, o outono ao fresco e o inverno ao frio. No verão, o yáng está no seu apogeu, é o momento onde o calor está mais forte. É quando o calor do verão está no seu apogeu que o yīn qì do outono, o frescor do outono aparece para restringir o yáng qì do verão, o calor do verão. Este período de crescimento do yīn qì leva a uma dominação do frio no inverno, onde esta energia está no máximo. Mas é quando este frio é dominante que o yáng qì morno da primavera chega para controlar o excesso do yin qì do inverno. Este ciclo continua graças à restrição mútua. "[Na] primavera, o yáng qì começa a subir, o que gera o nascimento dos dez mil seres. [No] verão, o yáng qì alcança sua subida, o que gera o desenvolvimento dos dez mil seres. [No] outono o yīn qì começa a descer, o que causa o recuo dos dez mil seres. [No] inverno, o yīn alcança sua descida, o que causa o recolhimento dos dez mil seres" (Guǎn Zǐ).

A terapêutica da medicina chinesa é essencialmente baseada no princípio da restrição. Em caso de excesso de yīn, se favorece o yáng. Em caso de excesso de yáng, se favorece o yīn. Em caso de frio, se utiliza o calor, em caso de calor, se usa o frio. Em caso de secura, se umidifica, em caso de umidade, se resseca, etc.

- ***A restrição mútua é o yīn tentando limitar, inibir o yáng e vice-versa.***
- ***A restrição mútua visa evitar o excesso para preservar o equilíbrio***
- ***Trata-se de uma restrição de ajuda mútua para conservar o dinamismo vital, os ciclos, os ritmos.***
- ***A restrição mútua permite ao yīn e ao yáng permanecerem unidos, de formarem um todo.***

b - Crescimento/decrescimento do yīn e do yáng

Se diz frequentemente que o crescimento/decrescimento do yīn yáng não é somente o resultado inevitável da oposição entre estes dois elementos mas também a base da interação entre yīn e yáng. Isto é resumido no ditado : "O yīn e o yáng diminuem e [em seguida] se desdobram". Isto quer dizer que de acordo com ciclos regulares, alternativamente, o yīn e o yáng diminuem depois se desdobram. Como eles possuem uma natureza oposta que se enfrenta, a vitória de um (o crescimento) estimula a derrota do outro (decrescimento), cada um na sua vez.

Quando o yáng diminui, o yīn se desenvolve, (yáng xiāo yīn zhǎng 阳消阴长). Quando o yīn diminui, o yáng se desenvolve, (yīn xiāo yáng zhǎng 阴消阳长), etc. No estado normal, quando um dos dois princípios evolui num sentido, obrigatoriamente o outro vai no sentido oposto. Trata-se de uma dança harmoniosa e dinâmica onde os dois elementos antagonistas variam e se influenciam mutualmente. Este movimento

incessante de crescimento/decrescimento é visível de múltiplas formas na natureza.

Por exemplo, quando a luz do dia desponta no horizonte, a noite se afasta, enquanto o calor de verão desaparece progressivamente, ele dá lugar à energia do outono, depois a do inverno. A medida que o sol desaparece, as estrelas aparecem no céu, etc. "Na primeira metade do ano, o yáng se eleva[21], o qì do céu governa, é a razão pela qual a primavera faz nascer e o verão desenvolve. Na segunda metade do ano, o yīn desce, o qì da terra governa, é a razão pela qual o outono recolhe (reúne) e o inverno armazena", (Nèi Jīng Zhī Yào – Conhecimentos essenciais do clássico interno). "Na primavera e no verão o yáng qì é abundante e o yin qì fraco. No outono e no inverno, o yīn qì é exuberante e o yáng qì fraco", (Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn – capítulo 45). A subida e a descida do yīn e do yáng, a entrada e a saída do yīn e do yáng, a expansão e a retração são todos movimentos que pertencem ao domínio do crescimento/ decrescimento.

Este princípio de crescimento/decrescimento evoca também a idéia de transformação. Porque, como nós vimos anteriormente, a vitória de um elemento não é jamais definitiva porque ela logo dá lugar ao enfraquecimento, para em seguida ceder à derrota para o antigo perdedor. Então, a regra de crescimento/ decrescimento do yīn yáng implica uma idéia de interação, oposição, luta, movimento, influência mútua, ciclo, transformação.

- ***O yīn e o yáng diminuem para depois crescer, alternativamente.***
- ***A vitória de um (crescimento) promove a derrota do outro (decrescimento), cada um na sua vez.***
- ***Quando o yáng diminui, o yin cresce.***
- ***Quando o yīn diminui, o yáng cresce***
- ***O crescimento/decrescimento implica numa idéia de interação. Oposição, ciclo, transformação.***

2 – A unidade entre o yīn e o yáng

"O macio se eleva, o duro descende, os dois qì respondem um ao outro" (Yì Jīng – Clássico das mutações). "Um yīn, um yáng, é o que se chama o Dào", (Yì Jīng – Clássico das mutações). A vida emana da oposição dinâmica entre yīn yáng. Mas este antagonismo só pode acontecer se os dois aspectos estiverem unidos, juntos. A oposição só é possível através da unidade do yīn e do yáng. Esta se exprime através de várias leis que vamos desenvolver uma a uma.

a - Interdependência do yīn e do yáng

Esta significa simplesmente que no universo manifestado, o yīn é dependente do yáng e o yáng é

21. Se diz também que o yáng do céu desce e o yīn da terra sobe. Este processo descreve um fenômeno no espaço. Aqui, se faz alusão a um movimento que podemos observar na natureza : na fase yáng ocorre uma subida, na fase yīn uma retração. Trata-se da descrição de um fenômeno temporal. Portanto, não é uma contradição.

dependente do yīn. "O yáng isolado não pode nascer, o yīn sozinho não pode se desenvolver". (Huáng Dì Nèi Jīng Líng Shū Jí Zhù – Anotações sobre o eixo espiritual do clássico interno do Imperador Amarelo). É desta união que nascem as transformações e os dez mil seres. "Se o yīn e o yáng estão unidos, então surgem às transformações", (Xún Zǐ). É da incessante cooperação e troca entre eles que provém a harmonia.

Nenhum fenômeno manifestado pode existir sem um destes dois elementos. Eles são inseparáveis e subordinados. Eles só podem ser definidos um em relação ao outro. "O yáng qì está enraizado pelo yin, o yīn qì está enraizado pelo yáng. Sem yīn, o yáng não pode nascer, sem yáng o yīn não pode se transformar" (Zhòng Guǎng Bǔ Zhù Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn – acréscimos importantes sobre as questões simples do clássico interno do Imperador Amarelo). "O yīn e o yáng estão enraizados um no outro". (Sù Líng Wēi Yùn – Mistérios sutis das questões simples e do eixo espiritual). "O yīn não pode ficar sem o yáng, senão o qì não pode produzir a forma. O yáng não pode ficar sem o yīn, caso contrário a forma não pode transportar o qì" (Lèi Jīng Fù Yì – Anexo complementar ao clássico das classificações). É isto que chamamos do enraizamento mútuo do yīn e do yáng, (yīn yáng de hù gēn 阴阳的互根).

É por isso que não há luz sem sombra, não há direita sem esquerda, frio sem calor, alto sem baixo, céu sem terra. A vida resulta da associação de dois princípios. O yīn precisa do yáng para agir, o yáng precisa do yīn para se expressar. Isto faz referência a um antigo ditado : "O yīn é o fundamento do yáng. Sem yīn, o yáng não transforma. O yáng é a força dinâmica do yīn. Sem yáng, o yīn não pode gerar" (yīn wéi yáng zhī jī, wú yīn zé yáng wú yǐ huà, yáng wéi yīn zhī dòng lì, wú yáng zé yīn wú yǐ shēng: 阴为阳之基，无阴则阳无以化：阳为阴之动力，无阳则阴无以生).

A separação do yīn e do yáng provoca a parada da cooperação e do ciclo de crescimento/decrescimento. Em medicina, o yáng representado pelo qì assume funções e o yīn representado pelo jīng, o sangue, os líquidos é a base material. É a interação destes dois aspectos que permite ao corpo funcionar. Se a união não for perfeita, ocorre a doença, se ela se rompe, é a morte. É isto que quis evidenciar o Yì Jīng (Clássico das Mutações) : "Se o céu (yáng) e a terra (yīn) estão unidos, [é] a prosperidade (*ou quietude*) (...) se o céu e a terra não estão unidos, [é] a obstrução (*bloqueio*)".

No mundo manifestado, o yīn e o yáng nunca estão separados mesmo se, às vezes, temos a impressão do contrário. Quando dizemos que um objeto é yīn, isto simplesmente quer dizer que sua natureza yīn predomina, mas ele integra também um aspecto yáng. Qualquer tentativa de perceber e definir estes princípios como separados convergem automaticamente para um contra-senso. É a limitação de nossas percepções que faz com que consideremos as coisas como separadas. Nós percebemos, por exemplo, o dia e a noite como uma sucessão temporal, mas na verdade, isto é só uma ilusão. Nesta percepção ao nível humano, dia e noite se sucedem e estão dissociados, mas a nível de todo o planeta, eles coexistem simultaneamente.

• *O yīn é dependente do yáng e o yáng é dependente do yīn.*
• *O yīn e o yáng são inseparáveis e subordinados.*
• *O yīn e o yáng só podem ser definidos um em relação ao outro.*
• *O yīn precisa do yáng para agir, o yáng precisa do yīn para se expressar.*
• *A separação do yīn e do yáng provoca a parada do ciclo crescimento/decrescimento e, com isso, o desaparecimento da manifestação.*

b - *Harmonia do yīn yáng*

"O yīn extremo é reservado, o yáng extremo é ardente, a reserva chega ao céu, o ardente surge sobre a terra, os dois se unem, se comunicam, se produzem em harmonia e os seres nascem", (Zhuāng Zǐ). A harmonia entre o yīn e o yáng é outro traço característico da unidade destes dois princípios. Um outro ditado antigo diz: "O yīn e o yáng são espontaneamente harmoniosos" Esta harmonia natural se expressa em quatro direções.

1 - ***Cooperação harmoniosa.*** Mesmo sendo o yīn e yáng de natureza diferente, os dois se combinam, somam suas qualidades e se apoiam para produzir harmonia. Isto é ilustrado pelos princípios do Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn, capítulo 5: "yīn fica no interior, mas é o yáng que o mantém Já, yáng fica no exterior, mas é o yīn que lhe permite agir[23]". Cada um dos dois aspectos está a serviço do outro.

2 - ***O equilíbrio das forças.*** A harmonia vem do fato de que, em nenhum momento, qualquer dos dois princípios domina o outro de maneira durável. Cada vez que um apogeu é atingido, o declínio aparece, evitando todo excesso que levaria a uma desarmonia. As forças são mantidas num equilíbrio dinâmico sobre a base de alternância de ciclos. Se estas forças estão equilibradas, é a saúde, se elas estão desequilibradas (uma dominancia durável ou excessiva de uma sobre a outra), é a doença. "Se o yīn e o yáng estão equilibrados (...) a vida do indivíduo está equilibrada (a pessoa está em boa saúde)", (Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn – capítulo 62). "O yáng cuida do alto, o yīn cuida do baixo. O yáng circula rapidamente, o yīn circula lentamente. A constituição do yáng é leve, a constituição do yīn é pesada. Se yīn e yáng estão equilibrados, então o céu e a terra estão em harmonia e o qì do homem é sereno" (Huà Shì Zhōng Zàng Jīng – cânon central do mestre Hua).

3 - ***A harmonia no ritmo.*** A harmonia se manifesta também através da regularidade dos ciclos, da alternância pontual e ordenada do yīn e do yáng. Os movimentos do yīn yáng não são anárquicos, nem incoerentes. Ao contrário, eles respondem a uma melodia ritmica bem determinada, bem cadenciada. Por exemplo, os dias de verão não duram todos o mesmo tempo, mas invariavelmente eles são mais longos que os de inverno.

23. Tradução de Elisabeth Rochat de la Valée em : "Su Wen – Os 11 primeiros tratados" (Maisonneuve).

4 - ***O equilíbrio no movimento.*** A interação do yīn e do yáng está sempre em movimento. Se há uma cooperação harmoniosa, se há um equilíbrio de forças, se há uma harmonia de ritmos, é porque o movimento permite trocas constantes entre yīn e yáng. É necessário compreender que o equilíbrio do yīn e do yáng é um valor relativo porque são sempre mutáveis, enquanto seus movimentos, suas mudanças, são valores absolutos, permanentes.

O yīn yáng estão em harmonia pois existe:

- ***Uma cooperação harmoniosa.***
- ***Um equilíbrio de forças.***
- ***Uma harmonia no ritmo.***
- ***Uma harmonia no movimento.***

3 – Transformação mútua do yīn e do yáng

Quando um dos dois elementos atinge seu apogeu, ele decresce para dar lugar ao elemento oposto. É a regra de crescimento/decrescimento regida pelos princípios de unidade e oposição. A transformação mútua, por sua vez, faz alusão à capacidade do yīn se transformar em yáng em certas condições e vice-versa. Nenhuma destas duas energias é dominante de forma durável. A extrema tensão de uma provoca uma transformação em seu estado. Existe como que um reflexo natural, como um automatismo espontâneo que faz com que quando um elemento atinge um paroxismo, uma mutação se opera e o transmuta para outro aspecto. É um dos princípios que faz com que o universo se caracterize pela mudança contínua, pela impermanência.

Se a regra de crescimento/decrescimento evidencia uma evolução quantitativa, a de transformação mútua denota uma evolução qualitativa. O crescimento/decrescimento mostra as variações da quantidade de um e de outro, enquanto que a transformação mútua apresenta a capacidade de mutação de uma qualidade em outra, revela que a natureza de uma coisa pode se modificar. Ou seja, uma coisa yīn pode se transmutar em yáng e uma coisa yáng pode se transmutar em yīn.

Qual a condição para que haja "transmutação"? Ela acontece sempre à favor de um paroxismo. É quando um dos aspectos atingiu um estágio extremo que ele tem a capacidade de se transformar em seu oposto. Isto é ilustrado no capítulo 74 do Huáng Dì Nèi Jīng Líng Shū : "O yīn redobrado[24] ininterruptamente (ele se transforma) em yáng, o yáng redobrado ininterruptamente (ele se transforma) em yīn". As situações extremas induzem às mutações. Deve-se notar que a transformação

---

24. O termo empregado aqui é 重. Quando se pronuncia zhòng, ele significa pesado, importante, considerável. Quando se pronuncia chóng, significa dobro, redobrado neste contexto quer dizer, excessivo, superabundante.

mútua é uma "transmutação - biàn (变)" que se faz de maneira repentina, rápida. A mudança de estado, de qualidade acontece bruscamente. Por outro lado, o crescimento/decrescimento é uma transformação - huà (化)" que se faz de maneira progressiva, por etapa. A mudança quantitativa acontece gradualmente. Biàn (变) é uma revolução, huà (化) é uma evolução.

Mas atenção, o processo de transformação mútua (mudança qualitativa) só é possível quando o processo de crescimento/decrescimento (mudança quantitativa) é realizado. O crescimento/decrescimento é anterior à toda mutação. Se o crescimento/decrescimento é uma regra absoluta (incondicional, obrigatória, permanente), aquela da transformação mútua é relativa pois ela necessita de um estado particular que é o paroxismo de um dos aspectos.

- ***A transformação mútua é a capacidade do yīn se transmutar em yáng e vice-versa.***
- ***Apenas quando um dos aspectos atinge um estado extremo, paroxístico, é que ele se transmuta no aspecto oposto.***
- ***O crescimento/decrescimento (transformação huà 化) designa uma evolução quantitativa.***
- ***A transformação mútua (transmutação biàn 变) designa uma revolução qualitativa.***
- ***A transformação huà 化 é progressiva***
- ***A transmutação biàn 变 é brutal***

4 – *Movimentos do yīn e do yáng*

Esta seção não fala propriamente de uma lei suplementar. Ela tenta esclarecer um ponto importante sobre a circulação do yīn e do yáng no universo. Para evitar confusão com o tema movimentos de subida /descida da dupla céu/terra, é importante responder algumas questões : O céu/yáng sobe ou desce? A terra/ yīn desce ou sobe ? Para isto devemos partir de dois textos fundamentais :

"A subida e a descida do qì é um processo de troca entre céu e terra. (...) A subida termina[25], então a descida começa, a descida é o céu ; a descida finalizada, então começa a subida, a subida é a terra. O qì do céu desce[26], o qì [do céu] flui sobre terra. O qì da terra sobe, o qì [da terra] se eleva ao céu. É por isso que o alto e o baixo se convocam mutuamente, a subida e a descida se induzem mutuamente", (Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn – capítulo 68).

"O alto sempre desce, o baixo sempre sobe, o caminho do céu é a troca. O yáng sempre convoca o yin,

---

25. Trata-se do caractére yĭ (已). A idéia aqui é a de um processo que chega ao seu final. É o apogeu do yáng que dá lugar ao yīn. É o yáng excessivo que se transforma em yīn. Quando um dos estados chega ao seu máximo, ao seu apogeu, ele se transforma em um estado oposto...

26. Sim, "descer para baixo" e mais à frente "subir para o alto" são pleonasmos, mas estamos respeitando a estrutura da frase em chinês.

o yīn sempre convoca o yáng, a união do yīn e do yáng é a ordem[27]. Assim, [porque] o alto e o baixo se convocam mutuamente, então há a subida e a descida. Se ocorre a subida e a descida, então o forte e o fraco se sucedem e, desta forma, as transmutações acontecem". (Lèi Jīng – Clássico das Classificações).

Nestes dois textos importantes, o Nèi Jīng (Clássico interno) e o Lèi Jīng (Clássico das classificações), se faz uma alusão ao fato de que o céu (o alto) desce e a terra (o baixo) sobe. No entanto, nós dissemos que o céu é de essência yáng e, portanto, ascendente e que a terra é de essência yīn e, portanto, de natureza descendente. Existe aqui uma contradição ?

Os estudiosos chineses sempre recorreram à imagens, poemas, anedotas, símbolos para explicar fenômenos complexos. Para analisar esta aparente contradição, é necessário recorrer ao imaginário tradicional. Segundo numerosas cosmogonias, antes da criação, havia um caos não diferenciado, não manifestado. Ele gerou o tài jí (太极) que por sua vez gera os dois qì : o yīn e o yáng. Um é pesado, o outro leve. O pesado desce e forma a terra, o leve sobe e forma o céu. Aqui reencontramos a lógica do yáng que sobe e do yīn que desce. No momento da criação do mundo, o céu não tem como subir mais, pois ele já está no alto e o yīn não pode descer mais porque já está embaixo. Paralelamente a isso, é necessário compreender que o objetivo do processo, é a vida. E como estamos frente a uma bipolaridade, se a vida quer se expressar, estes dois pólos devem se comunicar e trocar. É justamente desta interação que nascem os dez mil seres. Sem troca, nem comunicação, não há criação. Para se reencontrar, o yīn e o yáng não têm outra escolha a não ser inverter suas tendências naturais.

Mas por meio de qual princípio esta tendência natural pode se inverter para permitir o reencontro entre o yīn e o yáng? Novamente, é necessário usar uma outra imagem tradicional que vem diretamente da observação da natureza. Quando o sábio olha o céu, ele vê os raios de sol (o grande yáng: o yáng dentro do yáng) descer em direção à terra (o yáng desce), ele aquece a terra e a água (yīn dentro do yīn). Esta evapora, torna-se mais yáng (o yáng dentro do yīn), então sobe ao céu (a terra sobe). Chegando ao céu este vapor forma as nuvens (o yīn dentro do yáng). Quando estas nuvens se acumulam, por causa do frio (outro aspecto yīn dentro do yáng), elas se transformam em chuva, a chuva cai do céu em direção à terra (o céu desce). "O yáng puro torna-se o céu, o yīn turvo torna-se a terra. O qì da terra ao subir torna-se nuvens; o qì do céu ao descer torna-se chuva, a chuva emana do qì da terra, as nuvens emanam do qì do céu", (Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn – capítulo 5).

O que devemos compreender desta representação ? Se o yīn da terra sobe, é porque ele contém um aspecto yáng, e que se o yáng do céu desce é porque ele contém um aspecto yīn. A chave da compreensão pode se resumir assim : sobre o plano não manifestado, o yīn e o yáng estão separados, um no alto, o outro embaixo ; sobre o plano manifestado yīn e yáng são inseparáveis, não existe jamais yáng de um lado e yīn do outro. Se o céu desce é porque o yáng do céu contém um aspecto yīn

27. O caractére é lǐ (理). Também podemos traduzir esta parte do texto por: "a união do yīn yáng é a norma ou a regra... "

que interage e provoca a descida. Se a terra sobe, é porque o yīn da terra contém um aspecto yáng que interage e provoca esta subida. Em outras palavras, quando dizemos que o yīn da terra sobe é com e graças ao yáng do céu que permanece no seio da terra. Quando dizemos que o yáng do céu desce é com e graças ao yīn da terra que permanece no centro do céu. É isto que expressa o olho preto na parte branca do tài jí tú (太极图) e o olho branco na parte preta. No processo descrito por esta representação, na verdade, o yīn e o yáng sobem juntos, o yīn e o yáng descem juntos mas em proporções e segundo mecanismos diferentes.

Uma questão pertinente seria: "O que faz com que um pouco de yīn no céu faça o yáng do céu descer (e vice-versa para a terra)?" Na verdade, é excessivo dizer que o próprio céu desce e a própria terra está subindo. Não se deve entender a expressão ao pé da letra. É o yīn do céu que desce e o yáng da terra que sobe. Uma outra pergunta deve vir ao espírito : "Qual é o mecanismo que faz com que o yīn do céu yáng, forçosamente em menor quantidade no céu, se ponha à descer (e vice-versa para o yáng da terra yīn)?" Isto se explica pela lei "do retorno" tão importante para Lǎo Zǐ, apresentada no capítulo 68 do Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn que citamos anteriormente. O Dào Dé Jīng (Clássico do Caminho e sua Virtude) no capítulo 40 diz : "O retorno é o movimento do Dào" e no capítulo 25: "Ir cada vez mais longe significa rejuvenescer". Esta idéia desenvolvida também no Yì Jīng (Clássico das mutações) significa que quando uma coisa desenvolve certas qualidades ao extremo, estas qualidades invariavelmente se invertem para se tornar seus opostos. É uma das leis de base das teorias fundamentais do yīn yáng.

Poderíamos ter a tentação de pensar que tudo isto é muito filosófico, muito teórico, muito intelectual e finalmente desconectado da realidade clínica. Absolutamente não. Numerosos desequilíbrios de canais ou de órgãos são baseados nos mecanismos descritos aqui. Compreendê-los de forma correta, é ter a possibilidade de ter uma visão clínica correta, portanto a intervenção terapêutica também será correta. O pensamento chinês e as teorias sutis do yīn yáng possuem aplicações práticas e pragmáticas.

XI – Aplicações das teorias do yīn yáng em medicina chinesa

Iremos agora aplicar as teorias gerais do yīn yáng à medicina chinesa. Elas permanecem as mesmas. Elas explicam como é constituído o corpo, como este último funciona ou se desregula, como identificar as desarmonias e estabelecer as regras terapêuticas ou preventivas.

1 – Yīn Yáng e anatomia

Aqui nós falamos, obviamente, da anatomia tal qual é considerada em medicina chinesa. Segundo ela, todos os órgãos, tecidos, estruturas orgânicas estão conectados uns aos outros. Eles formam um grande todo que é regido segundo as leis do yīn yáng. "O homem para viver possui uma forma (*corpo*) que não se afasta (*nunca*) do yīn yang[28]", (Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn – capítulo 25). Todas as partes

28. Poderíamos também traduzir por "sem se separar" ou "sem abandonar" o yin yáng.

do corpo podem ser classificadas segundo os critérios yīn yáng. O quadro abaixo reúne tudo o que é importante de ser conhecido em relação à "anatomia chinesa". O essencial desta classificação vem do capítulo 4 do Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn: "Falando do yīn yáng do homem, o exterior é yáng, o interior é yīn. Falando do yīn e do yáng do corpo humano, as costas são yáng, o ventre é yīn. Falando do yīn e do yáng dos órgãos zàng e dos órgãos fǔ do corpo humano, os zàng são yīn, os fǔ são yáng. Fígado, coração, baço, pulmão, rins são os cinco órgãos zàng que são yīn. A vesícula biliar, estômago, intestino grosso, intestino delgado, a bexiga e os três aquecedores são as seis vísceras fǔ que são yáng".

YĪN YÁNG E ANATOMIA

YĪN	YÁNG
Lǐ 里, interno (do corpo)	Biǎo 表, superfície (do corpo)
Parte inferior do corpo	Parte superior do corpo
Esquerda	Direita
Metade inferior do corpo	Metade superior do corpo
Abdomen	Região dorsal
Face anterior	Face posterior
Parte medial dos membros	Parte lateral dos membros
Órgão zàng	Órgão fǔ
Fígado, baço, rins	Coração, pulmão
Órgão (zàng e fǔ)	Pele, meridianos, músculos
Meridiano (jīng 经)	Conexão (luò 络)
Canais yīn: tài yīn 太阴, shào yīn 少阴, jué yīn 厥阴	Canais yáng: tài yáng 太阳, shào yáng 少阳, yáng míng 阳明
Yíng qì 营气: o qì nutritivo	Wèi qì 卫气: o qì defensivo
Orifícios inferiores	Orifícios superiores
Pequeno	Grande

Comentários:

- Não esqueçamos que as classificações são sempre relativas, nunca absolutas. Por exemplo, o coração é um órgão yīn mas ele é anatomicamente yáng porque está situado no alto do corpo, além disso ele integra em seu interior uma parte yīn (jīng, sangue, líquidos – estrutura) e uma parte yáng (qì função). Em suas funções, uma é yīn: albergar a mente (shén 神) e a outra é yáng: ativar o sangue nos vasos. A mente é um puro yáng que tem uma ação yáng enquanto o sangue é um puro yīn que tem uma função yīn ... Vemos então que as classificações e as subdivisões yīn yáng são relativas e infinitas.

- Os órgãos zàng, de natureza yīn, são o fígado, o baço, o pulmão e rins. As vísceras fǔ, de natureza yáng, são a vesícula biliar, o intestino delgado, o estômago, o intestino grosso, a bexiga e os três aquecedores. Eles são os atores fundamentais de nossa fisiologia com a rede de canais.

- No plano anatômico, o corpo humano é constituído de uma malha circulatória que permite ao qì, ao sangue e aos líquidos nutrir mesmo a menor parcela do organismo e de manter uma inter-relação entre os tecidos. Se o corpo é uma globalidade, um todo coerente, é em grande parte graças ao circuito relacional que é o sistema de canais. Este é composto de ligações(luò 络), de canais (jīng 经), de vasos (mài 脉), de pontos (xué 穴). A expressão meridiano para jīng (经) é tão enraizada no público especializado que em alguns casos desisti de substituí-la por uma tradução mais correta. No entanto, deveria ser traduzido como canal, passagem. O termo luò* (络), frequentemente traduzido como colateral, significa "rede", "ligação", fio, filamento, ramificação, ligação. Eu optei por ligação (o que se coloca em relação).

- Em relação à direita e esquerda do corpo, os textos são contraditórios. O yīn e o yáng alternadamente associados à direita e depois à esquerda. Estou cada vez mais convencido que se trata simplesmente de um problema de referência. Quando se trata da direita de um indivíduo: trata-se da sua direita ou do lado direito de quem o observa ? Ou ainda, nos textos antigos não havia norma absoluta como atualmente. A partir do que parece dominar as obras de referência, o yīn é associado à esquerda do paciente (porque geralmente é menos potente) e o yáng à direita do paciente (porque geralmente mais potente).

- Yíng qì (营气), o qì nutritivo é um qì especial que circula com o sangue nos vasos e cuja função principal é a nutrição. Ver em detalhes esta função no capítulo sobre o qì.

- Wèi qì (卫气), o qì defensivo é um qì especial que circula fora dos meridianos, que é focalizado principalmente na superfície e cuja função principal é defender o corpo dos ataques dos fatores patogênicos externos. Ver em detalhes esta noção no capítulo sobre o qì.

- O caractére biǎo (表) originalmente correspondia ao lado exterior de uma roupa ou a roupa de cima. Em medicina chinesa, ele se refere à superfície do corpo. Daí a tradução "superfície". Eu poderia escolher igualmente "externo". No entanto, eu reservei o termo "exterior" para um outro caractére, wài (外), que significa a parte exterior de uma coisa (e aí podemos considerá-lo como sinônimo de biǎo (表) quando se aplica ao corpo, ou que se refere a qualquer coisa que está fora de outra. Por exemplo, um perverso externo (wài xié 外邪) é um um fator patogênico que provém do ambiente externo, ou ainda o qì defensivo que circula no exterior dos vasos, ou seja, fora destes... Biǎo (表) é um substantivo, wài (外) é mais frequentemente um adjetivo.

---

* Nota do Editor: Luo também é trazido como colaterais ou conexão

- O caractére lǐ (里) correspondia originalmente ao revestimento interno de uma vestimenta. Podemos ver a simetria com biǎo que se refere à parte exterior de uma roupa. Lǐ (里) também significa "habitação", "dentro", "o que está no interior". Daí a tradução "interna". Eu reservei a palavra "interior" à um outro caractére, nèi (内), que significa a parte interior de uma coisa (e neste momento podemos considerá-lo como sinônimo de lǐ (里) quando se aplica ao corpo), ou aquilo que designa alguma coisa que está no interior de outra. Por exemplo, uma lesão interna (nèi shāng 内伤) evoca um problema cuja origem está no interior do corpo, ou ainda o qì nutritivo que está no interior dos vasos... Lǐ (里) é um substantivo, nèi (内) é mais frequentemente um adjetivo.

2 - Yīn Yáng e fisiologia

No universo tudo é qì (气). Existem dois qì fundamentais: yīn qì e yáng qì. A interação entre eles gera o nascimento de todos os outros. Todas as atividades funcionais do organismo são chamadas yáng qì (阳气), enquanto as substâncias vitais (o aspecto material do organismo em qualquer forma) que incluem o sangue, os líquidos, a forma, o jīng (精), são chamados yīn qì (阴气) ou melhor yīn jīng (阴精). No entanto, devemos nos lembrar que ainda que yīn jīng tenha uma relação com a estrutura, a matéria, é também um qì, mesmo que mais denso, mais materializado, mais concreto. Além disso, sem uma substância aterial suficiente, o yáng qì não pode funcionar corretamente. Sem um yáng qì vigoroso o yīn jīng não pode ser regenerado e vivificado. Em outras palavras, podemos dizer que :

1- A matéria yīn é a base concreta que permite à atividade funcional yáng se manifestar, (sem yīn o yáng não teria combustível para se propagar)
2- A atividade funcional anima a matéria, (sem yáng o yīn seria inerte).

A matéria pode se transformar em energia e energia pode produzir a matéria. Trata-se novamente de uma ilustração da interdependência e da interação do yīn yáng. É esta transformação mútua entre yáng qì e yīn jīng, entre energia e matéria que permite o funcionamento normal do organismo. A saúde do indivíduo depende do equilíbrio harmonioso entre o yáng qì (função yáng) e o yīn jīng (matéria yin). Além disso, quando as funções consomem a matéria para assumir seus papéis, há um aumento do yáng e diminuição do yin. Quando a forma necessita do qì para ser ativada ou produzida, o yīn aumenta e o yáng diminui. Trata-se de uma perfeita ilustração da lei de crescimento/decrescimento do yīn yáng.

A vida é uma sucessão de transformações. Esta perpetua mutação da matéria em energia ou de energia em matéria, do jīng em qì, do qì em jīng[31], provoca no organismo o movimento. Em medicina chinesa, estes movimentos se resumem à quatro palavras fundamentais : subida (shēng升), descida (jiàng 降), saída (chū 出) e entrada (rù入). Muitos fenômenos podem ser explicados em medicina chinesa por estes quatro movimentos. O yáng governa a subida e a saída enquanto o yīn governa a descida e a entrada. Nós vemos de novo que sob a égide do yīn yáng estas quatro forças se completam em

31. Ver capítulo sobre os três tesouros

suas diferenças. Por outro lado, sabemos que há uma parte yīn e yáng em cada um destes princípios. Desta forma, o aspecto yin no yáng modera a subida, o aspecto yáng no yin modera a descida. Existe uma ajuda mútua para manter os corpos num equilíbrio dinâmico. Quando ocorre um desequilíbrio em um destes quatro movimentos ou quando o qì ou o jīng não estão adequadamente transformados, o yīn e o yáng entram em desacordo e a desarmonia aparece, a doença entra em cena.

Eis aqui um quadro resumido que mostra algumas relações fisiológicas segundo só critérios do yīn yáng:

YĪN YÁNG E FISIOLOGIA

YĪN	YÁNG
Mulher	Homem
Estrutura (forma xíng 形)	Função (qì 气)
Matéria	Energia
Sangue	Qì
Jīng (yīn jīng)	Qì (yáng qì)
Qì nutritivo (yíng qì 营气)	Qì defensivo (wèi qì 卫气)
Líquidos densos yè (液)	Líquidos fluidos jīn (津)
5 órgãos zàng	6 vísceras fǔ
Yīn do fígado[32]	Yáng do fígado
Descida	Subida
Entrada	Saída
Armazenamento	Mobilização

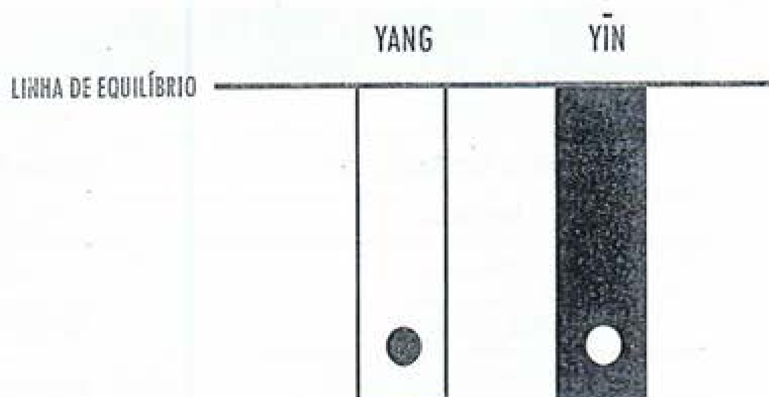
3 - *Yīn Yáng e patologia*

Existe uma infinidade de desequilíbrios entre yīn e yáng que permitem compreender a patologia no homem. No entanto, tudo pode ser agrupado em três grandes categorias: plenitude, vazio e transformação. Toda doença no homem vem de uma desarmonia entre o yīn e o yáng. "Se o yin yáng se ofende, a doença aparece", (Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn – capítulo 3). "Se o yáng está vazio então o exterior é frio, se o yīn está vazio então o interior é quente, se o yáng está em excesso então o exterior é quente, se o yīn está em excesso então o interior é frio", (Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn – capítulo 62). Antes de estudar os desequilíbrios, vamos esclarecer o que é uma boa saúde segundo a medicina chinesa.

32. Esta lógica pode ser aplicada ao conjunto dos outros órgãos. Yīn do estômago, do baço, dos rins, etc., yáng do estômago, baço, rins, etc. O exemplo do fígado é só uma ilustração

A - Boa saúde = equilíbrio entre yīn e o yáng

Quando o yīn e o yáng estão em perfeita harmonia, quando nenhum dos dois está no vazio ou na plenitude em relação ao outro, quando os movimentos do yīn e do yáng estão bem ritmados, a superfície está plena e o interno está forte, os canais circulam bem e os órgãos zàng fǔ funcionam perfeitamente, a saúde é boa. O esquema abaixo é uma tentativa de representação do bom equilíbrio entre o yīn e o yáng. Certamente ele não é capaz de representar toda a realidade. Ao redor da linha de equilíbrio, yīn e yáng podem, obviamente, variar, sofrer pequenos desequilíbrios pontuais[33] mas que permanecem dentro da dinâmica de estabilidade fisiológica.



Para continuar nossa demonstração, devemos evocar dois parametros que influenciam o aparecimento da patologia: o qì perverso (xié qì 邪气) e o qì regular[34] (zhèng qì 正气). Eles não são os únicos a determinar os mecanismos das doenças. Mas a este ponto de nosso estudo, são suficientes para explicar o papel do yīn e do yáng nos principais desequilíbrios. O qì perverso corresponde aos fatores patológicos externos que provém da natureza (frio, calor, vento, secura, umidade, canícula[35]) e que podem atacar o corpo. Estes são yīn (frio, umidade) ou yáng (calor, canícula, vento, secura). Nesta situação, o qì regular corresponde ao conjunto dos diferentes qì do corpo que contribuem na luta contra o perverso para proteger o organismo[36]. Então, xié qì é patológico, zhèng qì é fisiológico. O estado destes dois elementos e as relações que eles mantém podem induzir as perturbações.

---

33. É por isso que eu poderia ter traçado duas linhas horizontais, no lugar de uma só para representar um "setor de equilíbrio" dentro do qual variam yīn e yáng. Isto permitiria ter uma representação esquemática mais justa da realidade. No entanto para evitar uma dificuldade extra aos novatos, eu mantive uma representação mais tradicional.
34. Nós poderíamos também traduzir zhèng qì 正气 por qì reto ou qì correto. Eu prefiro o termo "qì regular" que evoca ao mesmo tempo a norma, a legalidade e as forças oficiais de um exército nacional, que fazem parte do imaginário utilizado no Nèi Jīng (Clássico interno).
35. Nota-se que em certas condições, os cinco primeiros podem também ter origem interna, mas nunca a canícula.
Nota de Editor: Canícula também é conhecida como Calor de Verão
36. Ver os dois outros significados de zhèng qì 正气 no capítulo sobre o qì

B - Os desequilíbrios por plenitude

Eu ainda não resolvi o problema de tradução das expressões "shí 实" (plenitude, excesso, exuberância) e "xū 虚" (vazio, insuficiência, falta). Se nos detivermos aos dicionários chineses, os termos plenitude e vazio estão corretos. No entanto, em francês eles não tem exatamente o mesmo sentido que aquele expresso pela medicina chinesa. Se tentarmos fazer uma tradução mais relacionada ao sentido da palavra, "excesso e insuficiência" seriam aceitáveis mas não correspondem aos equivalentes encontrados nos dicionários chinês/francês. Além disso, o termo "insuficiência" é utilizado por uma outra expressão frequente: bù zú (不足). E por isso que eu mantive a expressão usual de vazio* e plenitude, o importante é saber precisamente o que estes termos significam na nossa terminologia especializada.

a - Plenitude do yáng

A plenitude do yang corresponde a um qi perverso de origem externa ou interna, de natureza yang, que perturba o corpo. É necessário compreender que este qi perverso se soma ao qi regular já existente. Numa visão ideal, no princípio o yīn e o yang são completamente equilibrados. Neste terreno harmonioso, num dado momento, vem se enxertar um patógeno yang proveniente do exterior ou do interior (qì perverso de natureza yáng). Este yáng perverso se associa ao yáng sadio do organismo e provoca então uma plenitude de yáng (isto é, uma exuberância de yáng). O yáng estando portanto em excesso provoca uma ruptura do equilíbrio.



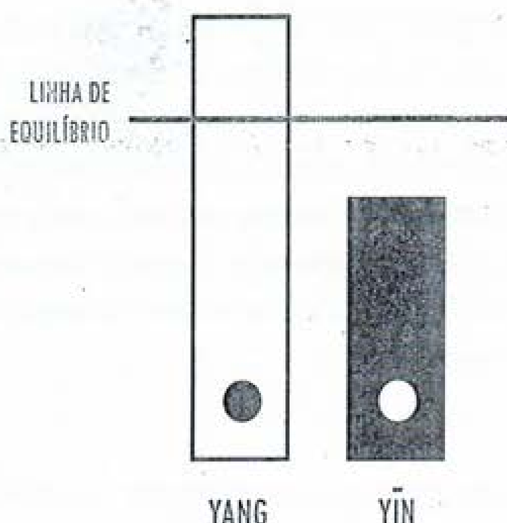
Uma plenitude de yáng é um excesso (externo ou interno) que se junta ao corpo. Em nenhum caso, se esta situação é mantida, o yīn está deficiente. Ele só parece mais fraco de maneira relativa. Por sua natureza quente, o yáng estando em plenitude aparecem fenômenos de calor: febre[37], tez vermelha, aversão ao calor, saburra amarela e espessa, pulso rápido (shuō 数), etc. Isto é confirmado pelo capítulo 5 do Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn : "[Se] o yáng triunfa, então [aparece] o calor".

---

37. Aqui novamente há um problema de tradução. O termo chinês é fā rè 发热. Fā significa literalmente liberar, circular, emergir, surgir E ré, calor. É por isso que « emissão de calor » seria a melhor tradução. O termo febre não existia em medicina chinesa. É um conceito ocidental que só foi introduzido recentemente na China. Por outro lado, o termo fā rè (发热) exprime também alguns fenômenos inflamatórios sem febre. Para evitar o risco de não ser compreendido, eu decidi utilizar o termo usual de febre sabendo que ele é parcialmente impróprio.

*Nota de Editor: O vazio também é traduzido como deficiência.

b - A plenitude de yáng induz um vazio de yīn



Uma consequência possível (mas não obrigatória) de hiperatividade do yáng é a lesão do yīn. De fato, num contexto patológico, em plenitude, o yáng de natureza fogo, tende a queimar, a secar o yin de natureza água. Daí ocorre uma plenitude de yáng e um vazio de yīn. Isto é evidenciado pelo capítulo 5 do Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wè: "[Se] o yáng triunfa então o yīn [torna-se] doente". É claro que isto é possível unicamente se o excesso de yáng é relativamente forte. Além disso, mesmo se pontualmente o yīn for lesionado, ele pode ter a capacidade de se restaurar para uma re-harmonização espontânea (o corpo se recupera sozinho e restabelece o equilíbrio yīn yáng) ou por um tratamento adequado (neste caso, nutrir o yīn).

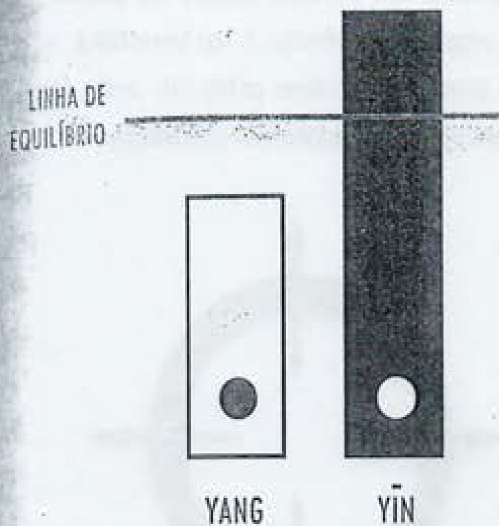
c - A plenitude de yīn

A plenitude de yīn segue exatamente o mesmo processo da plenitude do yáng. Exceto que aqui o excesso é do yīn em lugar do yáng. A plenitude de yin corresponde à um qì perverso de origem externa ou interna, de natureza yīn, que vem perturbar o corpo. Ele se junta ao qì regular já existente. Numa visão ideal, o yīn e o yang são completamente equilibrados. Neste terreno harmonioso, num dado momento, vem se enxertar um patógeno yīn proveniente do exterior ou do interior (qì perverso de natureza yīn). Este yin perverso se associa ao yīn sadio do organismo e provoca então uma plenitude de yīn (isto é, uma exuberância de yīn). O yīn fica então em excesso, provocando uma ruptura do equilíbrio.



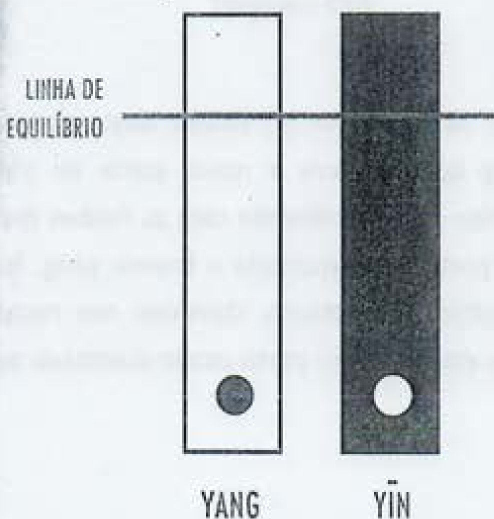
Vamos relembrar que a plenitude de yīn é um excesso que se junta ao corpo. Em nenhum caso, se esta condição se mantiver, o yáng está deficiente. Ele só parece mais fraco de maneira relativa. Por sua natureza fria, em caso de plenitude de yīn aparecem fenômenos de frio : frilosidade, membros frios, saburra branca e espessa, pulso tenso (jǐn 紧), etc. Isto é confirmado no capítulo 5 do Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn: "[Se] o yīn triunfa então [aparece] o frio".

d - A plenitude de yīn induz um vazio de yáng



Uma consequência possível (mas não obrigatória) da plenitude do yīn é a lesão do yáng. De fato, num contexto patológico, o yīn de natureza água, em excesso, tende a resfriar, lentificar, inundar o yáng, de natureza fogo. Instala-se assim um excesso de yīn e um vazio de yáng. Isto é evidenciado pelo capítulo 5 do Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn: "[Se] o yīn triunfa então o yáng [torna-se] doente". Claro que isto é possível unicamente se o excesso de yīn é relativamente forte. Além disso, mesmo se pontualmente o yáng for lesionado, ele pode ter a capacidade de se restaurar para uma re-harmonização espontânea (o corpo se recupera sozinho e restabelece o equilíbrio yīn yáng) ou por um tratamento adequado (neste caso, tonificar o yáng).

e - Dupla plenitude de yīn e de yáng



Pode ser que o yīn e o yáng estejam ambos em plenitude. Isto significa que qì perversos externos yīn e yáng atacaram o corpo. Mesmo se neste caso os dois fatores patogênicos externos estejam em quantidade igual, a situação é considerada como patológica. Aqui o qì regular (zhèng qì 正气) deve lutar ao mesmo tempo contra um qì perverso yīn e um qì perverso yáng. A lógica permanece a mesma. Esta dupla plenitude, se é excessiva, pode conduzir igualmente a um duplo vazio de yīn e de yáng.

f - Repulsão entre yīn e yáng

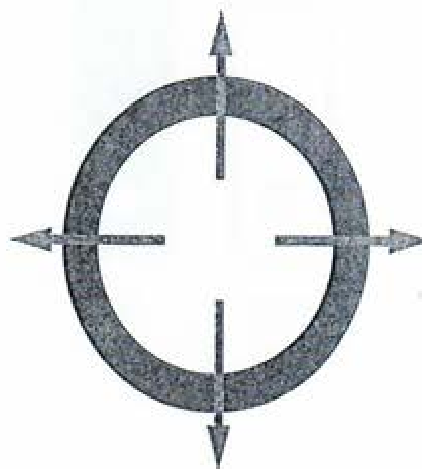
Trata-se de uma plenitude diferente onde o yīn ou o yáng no interior do corpo estão tão excessivos que tendem a expulsar o outro aspecto para o exterior.

Quando o calor yáng interno é extremo, este se bloqueia no interior e expulsa o yin para a superfície. "Quando o yáng está extremo, o yīn é expulso". Instala-se uma síndrome de calor verdadeiro com frio falso. Isto significa que a doença é, na verdade, um excesso severo de yáng no interior que favorece sintomas yīn no exterior. O frio yīn é só uma consequência. Os membros estão frios, o pulso profundo (chén 沉) mas o resto dos sinais é aparentemente de calor plenitude.

O inverso ocorre quando o frio yīn interno é extremo, se bloqueia o interior e expulsa o yáng para a superfície. "Quando o yīn é extremo, o yáng é expulso". Instala-se uma síndrome de frio verdadeiro e um calor falso. Isto significa que a doença é, na verdade, um excesso severo de yīn no interior que favorece sintomas yáng no exterior. O calor yáng é só uma consequência. A tez vermelha, a pele quente ou então a pessoa sente a impressão de ter febre (mas se mantém coberta), sede (mas não tem vontade de beber), pulso é amplo (dà 大) mas o resto dos sinais aparenta frio plenitude.

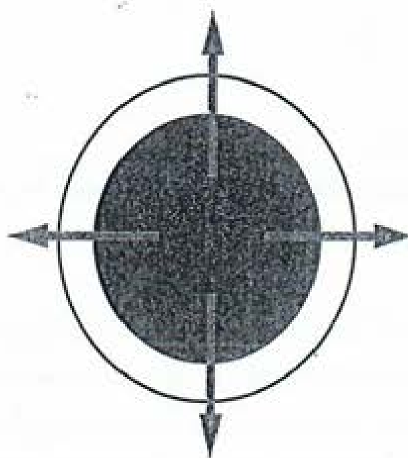


O yīn e o yáng estão equilibrados no interior e no exterior



O yáng em excesso extremo no interior expulsa o yīn para o exterior

Inicialmente, eu tinha previsto manter um pequeno círculo preto no centro deste esquema para evidenciar que apesar da superabundância de yáng que empurra a maior parte do yīn para o exterior, uma pequena porção de yīn persiste no interior. Mas visualmente com as flechas que partem do interior isto daria a impressão que seria o ponto preto que expulsaria o branco yáng. Então, por uma questão de maior eficácia pedagógica eu o retirei. No entanto, devemos nos recordar que ainda persiste neste caso o yīn no interior, mesmo que em sua maior parte esteja dominado pelo yáng. O problema é similar no esquema abaixo.

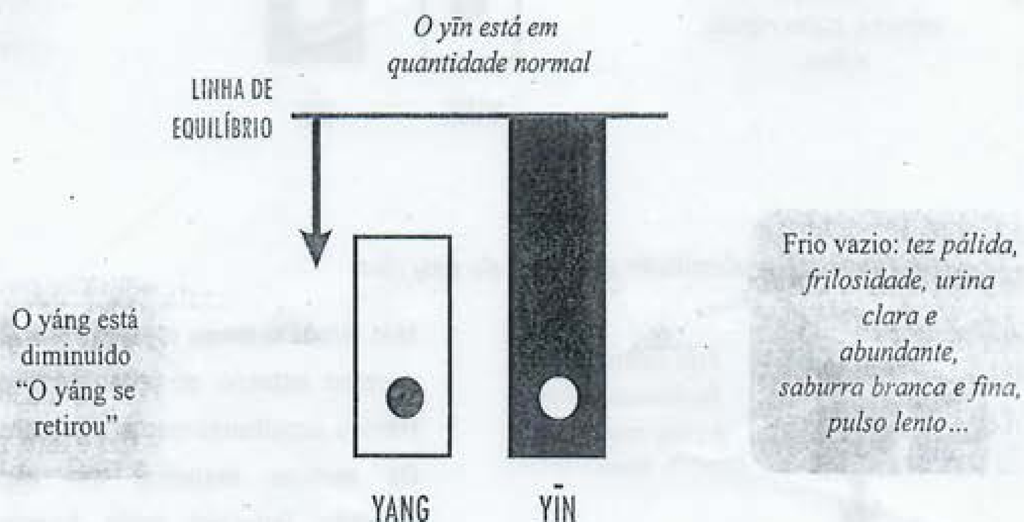


O yīn em excesso extremo no interior expulsa o yáng para o exterior

C - Os desequilíbrios pelo vazio

a - O vazio de yáng

O vazio de yáng corresponde à uma falta de yáng no organismo. Aqui, não há nada que se acrescenta, na verdade trata-se de algo que foi retirado. Nos casos de plenitude, estávamos numa lógica de adição, aqui estamos numa lógica de subtração. Qualquer que seja a causa, o yáng é consumido, provocando um desequilíbrio entre yīn e yáng. Aqui, o yīn está em quantidade normal enquanto o yáng está diminuído. Habitualmente a natureza fria do yīn e a quente do yáng se equilibram. Mas nesta situação o calor natural do yáng é mais fraco para equilibrar o frio natural do yīn. Assim, aparece uma situação de frio vazio[38], ou seja, um domínio relativo do yīn que provoca frio por falta de yáng. Não se trata de uma plenitude de yīn. Não há frio yīn externo que se junta ao yīn interno Por outro lado, há um dominío relativo de yīn que é induzido unicamente pela insuficiência de yáng. Por natureza, o yīn é frio, úmido. Então os corpos se refriam e se umidificam : tez pálida, frilosidade, urina clara e abundante, língua pálida, saburra branca e fina, pulso lento (chí 迟)... Isto é ilustrado pelo capítulo 62 do Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn : "se o yáng está vazio então o exterior é frio[39]".



b - O vazio de yīn

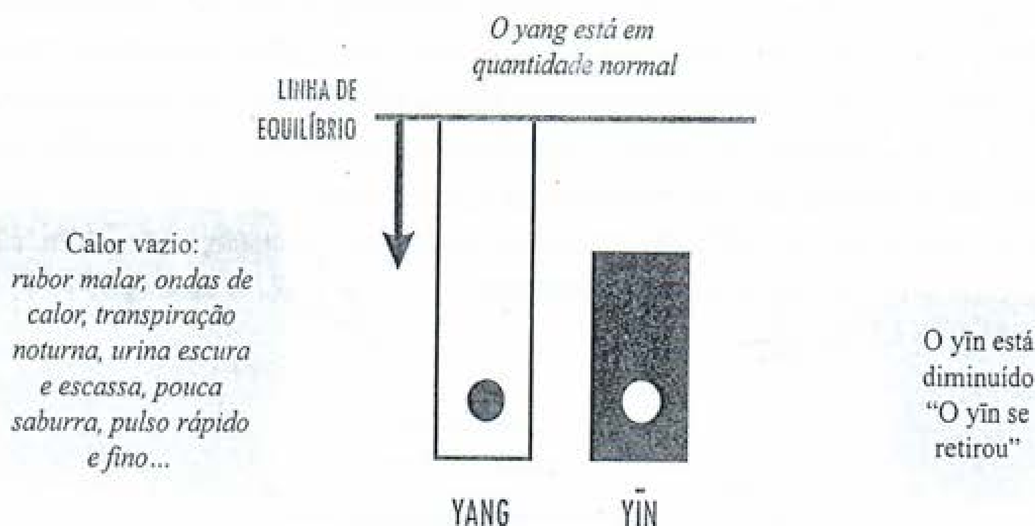
O vazio de yīn ocorre do mesmo processo que o precedente. O vazio de yīn corresponde à uma falta de yīn no organismo. Não há nada que se adicione, mas é alguma coisa que foi retirada. Qualquer que seja a causa, o yīn é consumido, provocando um desequilíbrio entre yīn e yáng. O yáng está em quantidade normal, mas o yīn está diminuído. Habitualmente a natureza quente do yáng e fria do yīn se equilibram. Aqui o resfriamento natural do yīn é mais fraco para equilibrar o calor natural do yáng. Assim aparece

---

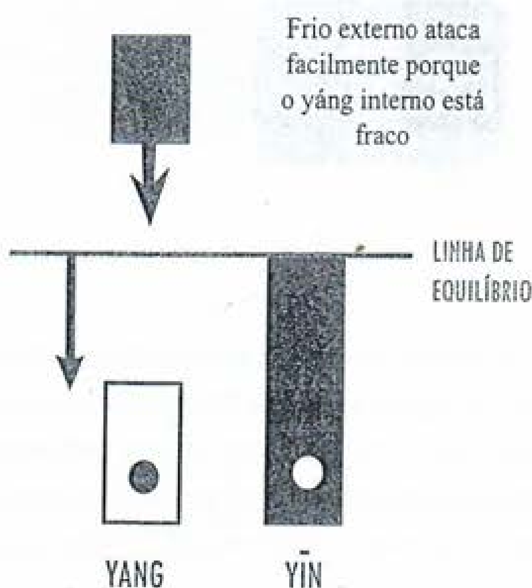
38. O termo xū hán 虚寒 poderia ser traduzido por frio devido ao vazio, frio por vazio, frio do vazio. Eu mantenho a tradução "frio vazio", mais concisa e disseminada.

39. Atenção, aqui é necessário recolocar a expressão em seu contexto, "exterior frio" quer dizer que sinais de frio são sentidos na superfície (frilosidade que provoca tremor de frio, por exemplo). Mas o frio tem sua origem no interior do corpo. Todos os vazios são provocados no interior do corpo.

uma situação de calor vazio[40], ou seja um domínio relativo do yáng que provoca calor pela falta de yīn. Não se trata de uma plenitude de yáng. Não há calor yáng externo que se junte ao yáng interno. Pelo contrário, há uma dominância relativa de yáng que é induzida unicamente pela insuficiência do yīn. Como a natureza do yáng é quente, o corpo é aquecido excessivamente: rubor malar, ondas de calor, transpiração noturna, febrícula, urina escassa e escura, língua vermelha com pouca saburra, pulso rápido (shuō 数) e fino (xì 细)... Isto é ilustrado pelo capítulo 62 do Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn: "O yīn está vazio então o interior está quente".



c - O vazio favorece a plenitude que vem do exterior

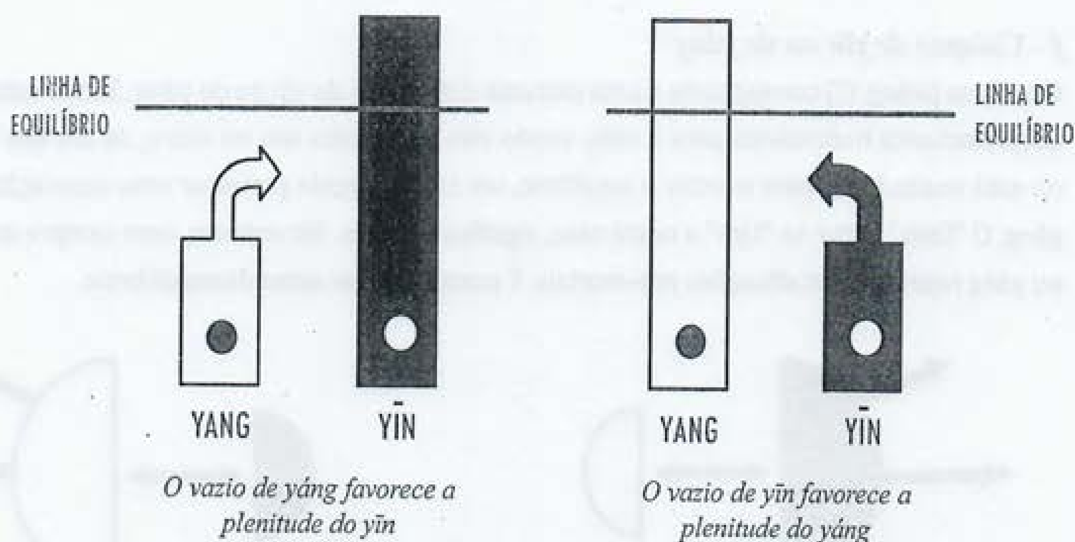


Nós vimos quando estudamos a plenitude, que um excesso externo poderia gerar um vazio interno. Haverá simultaneamente um vazio e uma plenitude. Da mesma maneira, em algumas situações, o vazio (interno) pode favorecer ataques de perversos externos (plenitude). O exemplo mais comum é o vazio do qì defensivo (wèi qì 卫气). Este vazio favorece as ofensivas do qì perverso. É um dos mecanismos frequentes das alergias respiratórias ou dos resfriados de repetição. Uma outra condição frequente é o vazio de sangue que não preenchendo suficientemente os vasos facilita a penetração do frio externo. É um dos mecanismos frequentes da doença de Raynaud.

40. O termo xū rè 虚热 poderia ser traduzido por calor devido ao vazio, calor por vazio, calor do vazio. Eu mantive a tradução "calor vazio", mais concisa e disseminada.

d - O vazio favorece a plenitude que é produzida no interior

Existe um outro mecanismo onde o vazio induz uma plenitude. Nós sabemos que o yīn e o yáng se equilibram mutualmente, cooperam para a harmonia do corpo. O yīn é enraizado ao yáng e vice-versa. Se um é deficiente, ele não pode equilibrar o outro. Precisamente, um vazio de yīn pode favorecer uma hiperatividade do yáng e um vazio de yáng favorecer uma dilatação do yīn. Por exemplo, um vazio moderado do fígado, "simples", não provoca obrigatoriamente uma subida do yáng (plenitude). Um vazio do yáng do baço não induz inevitavelmente uma estagnação de alimentos (plenitude). Por outro lado, um pouco mais tarde ou graças à um agravamento repentino, o vazio pode induzir um excesso. Trata-se de uma outra modalidade de síndromes do tipo vazio. Chamamos atenção aqui que não há uma invasão de qì perverso externo. A plenitude é de origem interna, ela foi gerada no interior.



O vazio de yáng favorece a plenitude do yīn

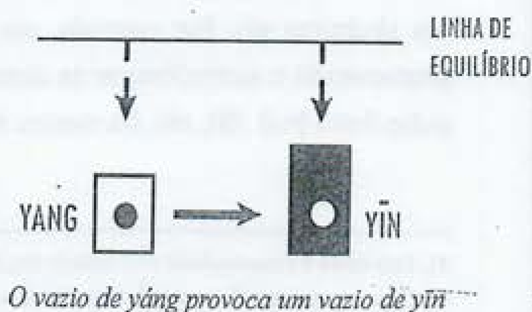
O vazio de yīn favorece a plenitude do yáng

e - Duplo vazio de yīn e de yáng

Assim como para a plenitude, pode haver um vazio simultâneo do yīn e do yáng. Ele pode ser provocado por uma diminuição progressiva e natural pelo envelhecimento, pelo desgaste ou pelo que eu chamaria de "incômodo recíproco" muito frequente na prática clínica. Sabendo que o yīn e o yáng estão enraizados um no outro, os problemas de um podem se transmitir ao outro. De fato, é o yīn que serve de "combustível" para o yáng, e é o yáng que permite manter o yīn. O vazio prolongado de um pode provocar o vazio do outro. Na prática esta lei se observa muito frequentemente entre o yīn dos rins e o yáng do rins e entre o yáng do baço e o yīn dos rins.

O vazio de yáng prejudica o yīn

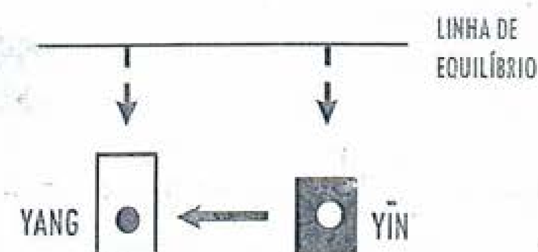
É quando o vazio do yáng se estende ao yīn. O yáng não produz corretamente o jīng, o sangue, os líquidos e, em uma palavra, o yīn. O vazio de yīn aparece. Geralmente se considera que os dois aspectos estão deficientes mas com a predominância do vazio do yáng. "O yáng enfraquece e atinge o yīn" (yáng sǔn jí yīn 阳损及阴).



O vazio de yáng provoca um vazio de yīn

O vazio de yīn prejudica o yáng

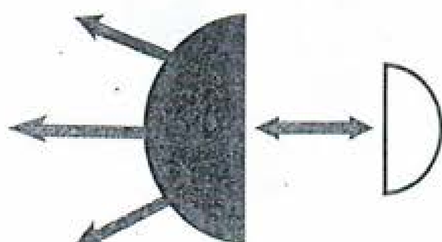
Trata-se do mesmo processo que o precedente, mas é o vazio de yīn que prejudica o yáng. Quando se diz que o yīn gera o yáng, trata-se da transmutação do jīng em qì[41]. O yīn jīng é a reserva primordial do yáng qì. Quando o yīn jīng é insuficiente aparece um vazio de yáng qì. Geralmente se considera que os dois aspectos estão deficientes mas com uma predominância do vazio de yīn. "O yīn enfraquecido atinge o yáng", (yīn sǔn jí yáng 阴损及阳).



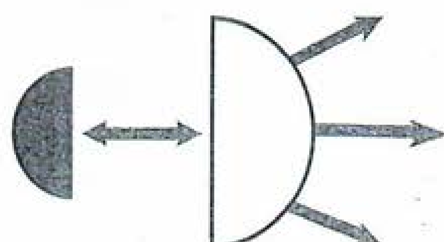
O vazio de yīn provoca um vazio de yáng

f - Colapso de yīn ou de yáng

O colapso (wáng 亡) corresponde a uma extrema deficiência do yīn ou do yáng. Sendo estes dois princípios absolutamente necessários para a vida, sendo eles enraizados um no outro, se um dos dois desaparece ou está muito fraco para manter o equilíbrio, um colapso pode provocar uma separação entre o yīn e o yáng. O "Dois" torna-se "Um" e neste caso, significa a morte. No entanto, nem sempre os colapsos de yīn ou yáng representam situações pré-mortais. É possível tratar estes desequilíbrios.



Separação do yīn e do yáng por colapso de yáng (wáng yáng 亡阳)



Separação do yīn e do yáng por colapso de yīn (wáng yīn 亡阴)

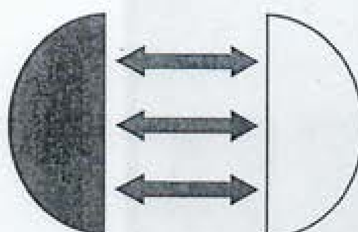
g - Os desequilíbrios de transformação entre yīn e yáng

Trata-se de uma condição particular onde um desequilíbrio yīn se transforma em desequilíbrio yáng e vice versa. Este processo é ensinado no capítulo 74 do Huáng Dì Nèi Jīng Líng Shū : "o yīn redobra incessantemente (ele se transforma) em yáng, o yáng se redobra[42] incessantemente (ele se transforma) em yīn". Concretamente quando a plenitude do yáng atinge um certo limite, ela pode se transformar em síndrome yīn. Por exemplo, um qì perverso de calor forte pode lesar gravemente o qì correto promovendo o aparecimento de sintomas yīn : queda da temperatura, membros frios, transpiração fria, pulso fraco (ruò 弱), etc. Da mesma forma, sob certas condições, a plenitude de yīn pode se transmutar

41. Esta idéia é desenvolvida no capítulo dos três tesouros e do qì.

42. O termo empregado aqui é 重. Quando se pronuncia zhòng, significa pesado, importante, considerável. Quando se pronuncia chóng, significa duplo, redobrado, e no contexto quer dizer excessivo, superabundante.

em síndrome yáng. Por exemplo, em caso de ataque externo de frio yīn, devido à tratamento indequado, constituição do paciente ou uma congestão do perverso que bloqueia o yáng, a plenitude yīn gera a plenitude yáng. É, por exemplo, um vento frio que se transforma em calor. "O frio ao extremo gera o calor o calor ao extremo gera o frio", (Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn – capítulo 5). "[Em caso de] frio extremo, o calor [aparece]. [Em caso de] calor extremo, o frio [aparece]", (Huáng Dì Nèi Jīng Líng Shū – capítulo 74).



Transformação recíproca do yīn em yáng ou do yáng em yīn

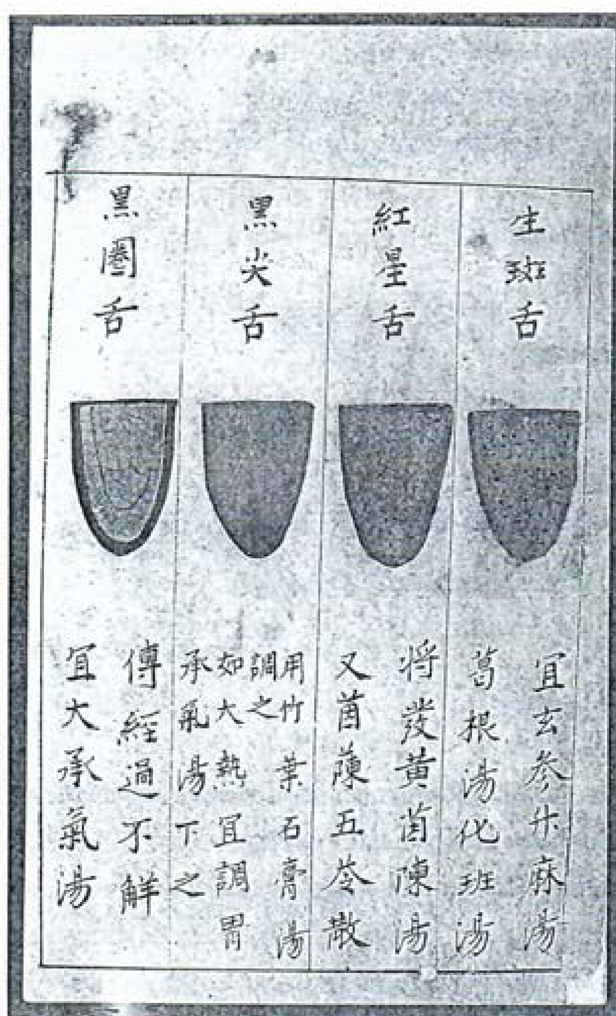
D - Yīn Yáng e diagnóstico

Os oito princípios (bā gāng 八纲) são a primeira etapa do diagnóstico no sistema médico chinês. Eles se baseiam exclusivamente nas relações entre o yīn e o yáng. Nós procuramos fazer uma primeira classificação do desequilíbrio em termos de yīn yáng antes de elaborar um diagnóstico mais complexo. Consiste em determinar se o problema é interno (yīn) ou externo (yáng), se é frio (yīn) ou quente (yáng), se é do tipo vazio (yīn) ou do tipo plenitude (yáng). Em seguida, nós nos colocamos numa lógica de canais e ligações (jīng luò 经络) ou de órgãos (zàng fŭ 脏腑), a lógica yīn yáng está sempre sub-jacente.

Falamos sobre ataque de calor (yáng) no alto do canal do baço, de frio (yīn) perverso que ataca o canal do fígado, de fogo (yáng) do coração, de frio (yīn) do estômago, etc. O yīn yáng constitui uma nova base sobre a qual tudo se edifica. "aquele que é hábil no exame (diagnóstico), inspeciona a tez, palpa o pulso, para distinguir antes de tudo o yīn do yáng" , (Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn – capítulo 5).

EXPRESSÕES DO YĪN YÁNG EM DIAGNÓSTICO

YĪN	YÁNG
Vazio	Plenitude
Frio	Calor
Interno	Externo
Hipofuncionamento	Hiperfuncionamento
Inibição	Excitação
Crônico	Agudo
Doença na parte inferior do corpo	Doença na parte superior do corpo
Doença de evolução lenta	Doença de evolução rápida



Diagnóstico mediante a observações da língua
Extraído de Shāng Hán Diǎn Diǎn Jīn Shu
(O Pequeno Livro Dourado das Leões por Frio)
publicado em 1341, dinastia Yuan

E - Yīn Yáng e terapêutica

Uma vez que acabamos de ver que os desequilíbrios são induzidos por uma discordância entre o yīn e o yáng, é evidente que a terapêutica visa restabelecer a harmonia entre estes dois princípios fundamentais. Tudo na terapêutica pode se reverter à lógica ou à classificação yīn yáng.

A medicina chinesa é uma medicina alopática, ela utiliza os contrários para tratar. Se há muito yáng, nós contrabalançamos com yīn. Se há muito yīn, então nós contrabalançamos com yáng. Nós empregamos também a lei das afinidades : se falta yīn, nós trazemos o yīn, se falta yáng, nós trazemos yáng. Estes princípios aparentemente simplistas são a base de uma grande maioria de sistemas médicos. Podem se aplicar tanto para a acupuntura quanto para a massagem, farmacoterapia e dietética chinesas.

Nós dispersaremos uma plenitude ou tonificaremos um vazio tanto para um canal quanto para um órgão. "O yáng está excedente e o yīn está insuficiente, então [é preciso] diminuir o yáng e tonificar o yīn. O yīn está excedente e o yáng está insuficiente, então [é preciso] diminuir o yīn e tonificar o yáng", (Rú Mén Shì Qīn – Deveres dos confucionistas para com seus pais).

O yīn yáng é também utilizado para estudar, classificar a natureza, as propriedades e os movimentos dos remédios. Por exemplo, em matéria médica, as substâncias medicinais são ordenadas segundo as quatro naturezas (qì 气), os cinco[43] sabores (wèi 味) e os quatro movimentos. As naturezas frescas e frias são yīn e as naturezas mornas e quentes são yáng. Os sabores picante, doce, insípido são yáng, já os sabores amargo, salgado e ácido são yīn. Os movimentos ascendentes e para fora são yáng, enquanto os movimentos descendentes e para dentro são yīn... Segundo o tipo de patologia, nós utilizamos remédios yīn ou yáng afim de regularizar o yīn e o yáng do corpo e restaurar a harmonia. "O picante e o doce dispersam, eles são yáng. O ácido e o amargo drenam, eles são yīn. O sabor salgado drena, ele é yīn. O sabor insípido exsuda e purga, ele é yáng", (Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn – capítulo 74).



Tomada de pulso radial

43. Aos cinco sabores de base se acrescenta um outro que é o insípido (dàn 淡) que é teoricamente a ausência de sabor ou o que tem pouco sabor. Ele é considerado como uma variante do sabor doce. É por isso que não é considerado como sendo um sexto sabor.

GLOSSÁRIO DE TERMOS MÉDICOS CHINESES

Terminologia referente à teoria do Yin Yáng. Trata-se de um "mínimo cultural" que todo estudante de medicina chinesa deve conhecer mesmo que não tenha a ambição de estudar o chinês médico, pois estas expressões fazem parte da base teórica da medicina chinesa.

TEORIA DO YIN YANG

PINYIN	PORTUGUÊS	CHINÊS MODERNO
bā gāng	Oito princípios ou oito regras	八纲
bā gāng biàn zhèng	Diferenciação de síndromes pelos oito princípios	八纲辩证
bā guà	Oito trigramas	八卦
bǔ yīn	Tonificar o Yin	补阴
chóng yáng bí yīn	(Quando o) Yang é duplo, inevitavelmente (ele se transforma) em Yin	重阳必阴
chóng yīn	Duplo Yin (excesso de Yin)	重阴
chóng yīn bí yáng	(Quando o) Yin é duplo, inevitavelmente (ele se transforma) em Yang	重阴必阳
chū	Sair. Saída.	出
cóng yáng huà ré	Yang se transforma em calor	从阳化热
cóng yáng yǐn yīn	A partir do Yang, conduzir o Yin. (Acupuntura)	从阳引阴
cóng yīn huà	Yin se transforma em frio	从阴化寒
cóng yīn yǐn yáng	A partir do Yin, conduzir o Yáng. (Acupuntura)	从阴引阳
cún yīn	Preservar o Yin	存阴
dà hàn wáng yáng	Grande transpiração e colapso de yáng	大汗亡阳
dào	Caminho, principio, doutrina.	道
dào dé jīng	Clássico do caminho e da virtude	道德经
dì	Terra (ou seja, o globo terrestre)	地
dì wéi yīn tiān wéi yáng	Terra é Yin, o céu é Yáng	地为阴天为阳
fǔ	Órgão-Fu (Yang)	腑
gé yáng	Yang repelido (Sinônimo de yīn shèng gé yáng - 阴盛格阳)	格阳
gé yīn	Yin repelido (Sinônimo de yáng shèng gé yīn - 阳盛格阴)	格阴
gū yáng shàng yuè	Yang solitário se propaga para o alto	孤阳上越
hán wéi yīn xié	Frio é um perverso Yin	寒为阴邪
hán wéi yīn xié yì shāng yáng qì	Frio é um perverso Yin que lesa (facilmente) o Yang Qi.	寒为阴邪易伤阳气
hòu yīn	Yin posterior (ou seja, o Anus)	后阴
huáng dì nèi jīng	Clássico interno do Imperador Amarelo	黄帝内经
huáng dì nèi jīng líng shū	Eixo espiritual do clássico interno do Imperador Amarelo	黄帝内经灵枢
huáng dì nèi jīng sù wèn	Questões simples do clássico interno do Imperador Amarelo	黄帝内经素问

PINYIN	PORTUGUÊS	CHINÊS MODERNO
huì yīn	Reunião dos Yin (ou seja, períneo)	会阴
jiàng	Descendente. Descer.	降
jīng	Principio vital. Essência.	精
jiù yáng	Entregar o yáng	救阳
jiù yáng zhōng zhī yáng	Entregar o Yang dentro do yáng	救阳中之阳
jiù yīn zhōng zhī yáng	Entregar o Yang dentro do Yin	救阴中之阳
jué yīn	Jue Yin (Fígado e Pericárdio)	厥阴
jué yīn jīng	Canal Jue Yin (Fígado e Pericárdio)	厥阴经
jué yīn wéi hé	Jue Yin é o fechamento	厥阴为阖
líng shù	Abreviação de de Huáng Dì Nèi Jīng Líng Shù - 黄帝内经灵枢	灵枢
liù fū	Seis vísceras-Fu	六腑
nèi jīng	Abreviação de Huáng Dì Nèi Jīng -黄帝内经	内经
nèi zhě wéi yīn, wài zhě wéi yáng	Interior é Yin, exterior é Yang	内者为阴外者为阳
páng guāng zú tài yáng zhī mài	Canal da bexiga Tai Yang do pé (sinônimo de zú tài yáng páng guāng jīng - 足太阳膀胱经)	膀胱足太阳之脉
qì	Qì	气
qì yīn bìng xū	Vazio simultâneo de Qi e de Yin	气阴并虚
qì yīn bù zú	Insufuciência de Qi e de Yin	气阴不足
qì yīn liǎng shāng	Lesão tanto do Qi quanto do Yin	气阴两伤
qì yīn liǎng xū	Deficiência tanto do Qi quanto do Yin	气阴两虚
qián yīn	Yin frontal (ou seja, partes genitais externas)	前阴
qián yáng	Esconder o yáng	潜阳
qīng yáng	Yang puro	清阳
qīng yáng bù shēng	Yang puro não ascende	清阳不升
qīng yáng bù shēng zhúo yīn bú jiàng	Yang puro não ascende, o Yin turvo não descende.	清阳不升浊阴不降
qīng yáng chū shàng qiào	Yang puro não sai pelos orifícios superiores	清阳出上窍
qīng yáng shí sì zhī	Yang puro preenche os quatro membros	清阳实四肢
rè hào zhēn yīn	Calor esgota o Yin verdadeiro	热耗真阴
rù	Entrar	入
sān jiāo	Triplo Aquecedor	三焦
sān yáng	Três Yang (ou seja, Tai Yang, Shao Yang, Yang Ming)	三阳
sān yáng hé bìng	Doença combinada dos três Yang	三阳合病
sān yáng bìng	Doença dos três Yang	三阳病
sān yáng zài tóu sān yīn zài shǒu	Três Yang estão na cabeça, os três Yin estão na mão.	三阳在头三阴在手
sān yīn	Três Yin (ou seja, Tai Yin, Jue Yin, Shao Yin)	三阴
sān yīn bìng	Doença dos Três Yin	三阴病
sān yīn sān yáng zhī lí hé	Separação e reunião dos três (canais) Yin e dos três (canais) yáng	三阴三阳之离合

PINYIN	PORTUGUÊS	CHINÊS MODERNO
shào yáng	Shao Yang (Triplo aquecedor e vesícula biliar)	少阳
shào yáng bàn biǎo bàn lǐ	Shao Yang (é) meio-interno, meio-externo.	少阳半表半里
shào yáng bìng	Doença do Shao Yang	少阳病
shào yáng jīng	Canal Shao Yang (vesícula biliar e três aquecedores)	少阳经
shào yáng wéi shū	Shao Yang é o pivot	少阳为枢
shào yīn	Shao Yin (coração e rins)	少阴
shào yīn bìng	Doença do Shao Yin	少阴病
shào yīn jīng	Canal do Shao Yin (coração e rins)	少阴经
shào yīn wéi shū	Shao Yin é o pivot	少阴为枢
shèn yáng	Yang dos rins. Rim Yang.	肾阳
shēng	Subida	升
shēng zhōng yǒu jiàng	Na subida, há a descida	升中有降
shǒu jué yīn	Jue Yin da mão (sinônimo de shǒu jué yīn xīn bāo jīng - 手厥阴心包经)	手厥阴
shǒu jué yīn xīn bāo jīng	Canal do pericárdio Jue Yin da mão	手厥阴心包经
shǒu sān yáng jīng	Três canais Yang da mão	手三阳经
shǒu sān yīn jīng	Três canais Yin da mão	手三阴经
shǒu shào yáng	Shao Yang da mão (sinônimo de shǒu shào yáng sān jiāo jīng-手少阳三焦经)	手少阳
shǒu shào yīn	Shao Yin da mão (sinônimo de shǒu shào yīn xīn jīng-手少阴心经)	手少阴
shǒu tài yáng	Tai Yang da mão (sinônimo de shǒu tài yáng xiǎo cháng jīng - 手太阳小肠经)	手太阳
shǒu tài yáng xiǎo cháng jīng	Canal do intestino delgado Tai Yang da mão	手太阳小肠经
shǒu tài yīn	Tai Yin da mão (sinônimo de shǒu tài yín fèi jīng-手太阴非经)	手太阴
shǒu tài yín fèi jīng	Canal do pulmão Tai Yin da mão	手太阴肺经
shǒu yáng míng	Yang Ming da mão (sinônimo de shǒu yáng míng dà cháng jīng-手阳 明大肠经)	手阳明
shǒu zhī liù yáng	Seis (canais) Yang da mão	手之六阳
shǒu zhī liù yīn	Seis (canais) Yin da mão	手之六阴
sù wèn	Su Wen (Abreviação de huáng dì nèi jīng sù wèn -黄帝内经素问)	素问
tài jí	Manifestação suprema	太极
tài yáng	Tai Yang (beixa e intestino delgado)	太阳
tài yáng bìng	Doença do Tai yáng	太阳病
tài yáng jīng	Canal Tai Yang (bexiga e intestino delgado)	太阳经
tài yī	Unidade Suprema	太一
tài yīn	Tai Yin (pulmão e baço)	太阴
tài yīn bìng	Doença do Tai Yin	太阴病
tài yīn jīng	Canal Tai Yin (pulmão e baço)	太阴经

PINYIN	PORTUGUÊS	CHINÊS MODERNO
tiān	Céu	天
tiān gān	Troncos celestes	天干
tiān gān dì zhī	Troncos celestes e ramos terrestres	天干地支
tiān rén xiāng yìng	Céu e homem estão em ressonância mútua.	天人相应
tiān wéi yáng dì wéi yīn	Céu e homem se correspondem mutuamente. Céu é Yáng, a terra é Yin	天为阳地为阴
tiān rén dì	Céu, homem, terra.	天人地
tiáo lǐ yīn yáng	Regularizar o Yin e o Yang	调理阴阳
tuō yáng	Escape do yáng	脱阳
tuō yīn	Escape do Yin	脱阴
wài	Exterior. Externo.	外
wài zhě wéi yáng nèi zhě wéi yīn	Exterior é Yang, interior é Yin.	外者为阳内者为阴
wàn wù	Dez mil seres	万物
wáng yáng	Colapso do yáng	亡阳
wáng yáng zhèng	Síndrome de colapso do Yang	亡阳证
wáng yīn	Colapso do Yin	亡阴
wáng yīn zhèng	Síndrome do colapso do Yin	亡阴证
wèi	Sabor	味
wèi qì	Qi defensivo	卫气
wèi yáng	Yang defensivo (sinônimo de wèi qì - 卫气)	卫阳
wú	Mundo não sensível (não perceptível) (Conceito taoísta)	无
wú jí	Não manifestado	无极
wú yáng zé yīn wú yǐ huà	Sem Yang o Yin não se transforma, sem Yin o	无阳则阴无以化无阴则
wú yīn zé yáng wú yǐ shēng	Yang não cresce.	阳无以生
xià jiāo	Aquecedor inferior	下焦
xié qì	Qi perverso	邪气
xīn bāo jīng	Canal do pericárdio	心包经
xīn jīng	Canal do coração	心经
xū hán	Frio vazio	虚寒
xū rè	Calor vazio	虚热
xuán mǔ	Mãe obscura	玄母
xuán pìn	Mulher obscura	玄牝
yáng	Yang. Elemento do princípio Yin Yáng	阳
yáng bìng	Doença yáng	阳病
yáng bìng rù yīn	Doença do Yang penetra no Yin	阳病入阴
yáng bìng xíng yīn	Doença Yang se desloca para o Yin	阳病行阴
yáng bìng zhì yīn	Tratar um doença Yang pelo Yin	阳病治阴
yáng cháng yǒu yú yīn cháng bù zú	Yang é frequentemente superabundante, o Yin é frequentemente insuficiente	阳常有余阴常不足
yáng gān	Troncos yáng	阳干

PINYIN	PORTUGUÊS	CHINÊS MODERNO
yáng gēn yú yīn	Yang se enraiza no Yin	阳根于阴
yáng gēn yú yīn yīn gēn yú yáng	Yang se enraiza no Yin, Yin se enraiza no Yang.	阳根于阴阴根于阳
yáng huà qì	Yang se transforma em Qi	阳化气
yáng huà qì yīn chéng xíng	Yang se transforma em Qi, o Yin torna-se a forma.	阳化气阴成形
yáng huǎn ér yīn jí	Yang relaxado e Yin tenso	阳缓而阴急
yáng jīng	Canais yáng	阳经
yáng luò	Colaterais yáng	阳络
yáng mài	Vasos Yang	阳脉
yáng míng jīng	Canais Yang Ming	阳明经
yáng míng bìng zhèng	Síndromes das doenças do Yang Ming	阳明病证
yáng míng jīng bìng	Doenças do canal Yang Ming	阳明经病
yáng qì	Yang qì	阳气
yáng qì bù zú	Insuficiência do Yang qì	阳气不足
yáng qì xū	Deficiência de Yang qì	阳气虚
yáng shēng yīn cháng	Yang gera, o Yin se desenvolve	阳生阴长
yáng shēng yú yīn	Yang é gerado pelo (por meio do) Yin	阳生于阴
yáng shèng	Yang exuberante	阳盛
yáng shèng gé yīn	(Quando o)Yang está exuberante, ele repele o Yin.	阳盛格阴
yáng shèng yīn shāng	(Quando o) Yang está exuberante, o Yin é lesado	阳盛阴伤
yáng shèng zé rè	(Quando o) Yang está exuberante, então (há) calor.	阳盛则热
yáng shèng zé yīn bìng	Yang está exuberante, então o Yin está doente.	阳盛则阴病
yáng shèng zé yīn bìng	(Quando o) Yang triunfa, então o Yin está doente.	阳胜则阴病
yáng sǔn jí yīn	Yang enfraquecido atinge o Yin	阳损及阴
yáng tuō	Escape do Yang	阳脱
yáng tuō zhèng	Síndrome de escape do Yang (sinônimo de wáng yáng zhèng - 亡阳证)	阳脱证
yáng xiāo yīn cháng	Yang decresce, o Yin cresce	阳消阴长
yáng xié	Yáng perverso	阳邪
yáng xié shāng yīn	Yang perverso lesa o Yin	阳邪伤阴
yáng xū	Deficiência de yáng	阳虚
yáng xū wài hán	(Em caso de) Deficiência de Yang, o externo é frio.	阳虚外寒
yáng xū yīn shèng	Deficiência de Yang, Yin exuberante.	阳虚阴盛
yáng xú zé wài hán	Deficiência de Yang, então o externo é frio.	阳虚则外寒
yáng xū zé hán	Deficiência de Yang, então (há) frio	阳虚则寒
yáng xū zhèng	Síndrome de deficiência de yáng	阳虚证

PINYIN	PORTUGUÊS	CHINÊS MODERNO
yáng zài wài yīn zhī shǐ yě	O Yang existindo no exterior representa o Yin.	阳在外阴之使也
yáng zhèng	Síndrome yáng	阳证
yáng zhèng sì yīn	Síndrome Yáng parecida com (síndrome) Yin	阳证似阴
yáng zhī	Ramos yáng	阳支
yáng zhōng yǐn yīn	Yang se esconde no Yin (método de agulhamento)	阳中隐阴
yáng zhōng zhī yáng	Yang dentro do yáng	阳中之阳
yáng zhōng zhī yīn	Yin dentro do Yang	阳中之阴
yǎng yīn	Enriquecer o Yin	养阴
yì jīng	Clássico das transformações, das mutações.	易经
yīn	Yin. Elemento do princípio Yin Yang.	阴
yīn bìng	Doença Yin	阴病
yīn bìng xíng yáng	Doença Yin se desloca para o Yang	阴病行阳
yīn bìng zhì yáng	Tratar uma doença Yin pelo Yang	阴病治阳
yīn chéng xíng	Yin produz a forma	阴成形
yīn gān	Troncos Yin	阴干
yīn gēn yú yáng	Yin está enraizado no Yang	阴根于阳
yīn huǎn ér yáng jí	Yin relaxado e Yang tenso	阴缓而阳急
yīn jīng	Canais Yin	阴经
yīn jīng	Yin Jing (Essência Yin. Conjunto das substâncias e estruturas orgânicas.)	阴精
yīn jìng yáng zào	Yin está calmo, o Yang está agitado.	阴静阳躁
yīn luò	Colaterais Yin	阴络
yīn mài	Vasos Yin	阴脉
yīn píng yáng mì	Yin está calmo, o Yang secreto.	阴平阳秘
yīn qì	Yin qì	阴气
yīn shèng	Yin exuberante	阴盛
yīn shèng gè yáng	Yin exuberante é obstáculo ao Yáng	阴盛格阳
yīn shèng yáng shuāi	Yin exuberante, Yin enfraquecido.	阴盛阳衰
yīn shèng yáng xū	Yin exuberante, Yáng vazio.	阴盛阳虚
yīn shèng zé nèi hán	Yin está exuberante, então o interno está frio.	阴盛则内寒
yīn shèng gé yáng	(Quando o) Yin está exuberante, ele repele o Yáng.	阴盛格阳
yīn shèng zé hán	Yin está exuberante, então (há) frio.	阴盛则寒
yīn shèng zé yáng bìng	Yin está exuberante, então o Yáng está doente.	阴盛则阳病
yīn sǔn jí yáng	Fraqueza do Yin atinge o Yang	阴损及阳
yīn tuō zhèng	Síndrome de escape do Yin (sinônimo de de wáng yīn zhèng-亡阴证)	阴脱证
yīn xiāo yáng cháng	Yin decresce, o Yáng cresce	阴消阳长
yīn xié	Yin perverso	阴邪
yīn xié shāng yáng	Yin perverso lesa o Yáng	阴邪伤阳
yīn xū	Deficiência de Yin	阴虚

PINYIN	PORTUGUÊS	CHINÊS MODERNO
yīn xū huǒ wàng	Deficiência de Yin, fogo próspero.	阴虚火旺
yīn xū yáng kàng	Deficiência de Yin, hiperatividade do Yáng.	阴虚阳亢
yīn xū zé nèi rè	(Em caso de) Deficiência de Yin, então (há) calor interno.	阴虚则内热
yīn xū zé rè	Yin está deficiente, então (há) calor.	阴虚则热
yīn xū zhèng	Síndrome de deficiência de Yin	阴虚证
yīn xuè	Yin/sangue	阴血
yīn yáng bù hé	Desarmonia Yin Yáng	阴阳不和
yīn yáng duí lì	Oposição Yin Yáng	阴阳对立
yīn yáng gé jù	Yin e Yang se repelem	阴阳格拒
yīn yáng hù gēn	Enraizamento mútuo do Yin e do Yang	阴阳互根
yīn yáng jiāo gǎn	Interação do Yin e do yáng	阴阳交感
yīn yáng lí jué	Separação do Yin e do Yang	阴阳离决
yīn yáng liǎng kuī	Carência de ambos Yin e Yang	阴阳两亏
yīn yáng liǎng xū	Deficiência tanto de Yin quanto de yáng	阴阳两虚
yīn yáng piān shèng	Preponderância relativa de Yin ou Yang	阴阳偏胜
yīn yáng piān shuāi	Declínio relativo de Yin ou yáng	阴阳偏衰
yīn yáng píng héng	Equilíbrio de Yin yáng	阴阳平衡
yīn yáng shèng fù	Prepodnerância alternada de Yin ou yáng	阴阳胜复
yīn yáng shī tiáo	Desequilíbrio de Yin yáng	阴阳失调
yīn yáng tiáo hé	Harmonia de Yin yáng	阴阳调和
yīn yáng xiāo zhǎng	Crescimento e decrescimento do Yin e do yáng	阴阳消长
yīn yáng xué shuō	Teoria do Yin yáng	阴阳学说
yīn yáng zhuǎn huà	Conversão do Yin e do yáng	阴阳转化
yīn yáng zì hé	Harmonia natural do Yin yáng	阴阳自和
yīn yè	Líquidos Yin	阴液
yīn zài nèi yáng zhī shǒu yě	Yin está no interior, guardado pelo Yáng.	阴在内阳之守也
yīn zhèng	Síndrome Yin	阴证
yīn zhèng sì yáng	Síndrome Yin parecida com (síndrome) yáng	阴证似阳
yīn zhī	Ramos Yin	阴支
yīn zhōng qiú yáng	Procurar o Yang no centro do Yin (ou seja, tonificar o Yin para tonificar o Yáng)	阴中求阳
yīn zhōng yǐn yáng	Yin se esconde no Yang (método de agulhamento).	阴中隐阳
yīn zhōng yǒu yáng yáng zhōng yǒu yīn	(Há) Yang no Yin, (há) Yin no Yang.	阴中有阳，阳中有阴
yīn zhōng zhī yáng	Yang dentro do Yin	阴中之阳
yáng zhōng zhī yīn	Yin dentro do Yang	阳中之阴
yíng qì	Qi nutritivo	营气
yǒu	Mundo sensível (perceptível) (Conceito taoísta)	有
zàng	Órgão-Zang (Yin)	脏

PINYIN	PORTUGUÊS	CHINÊS MODERNO
zhèng qì	Qi correto	正气
zhōng jiāo	Aquecedor central	中焦
zhuó yīn chū xià qiào	Yin turvo sai pelos orifícios inferiores	浊阴出下窍
zú jué yīn	Canal Jue Yin do pé (sinônimo de zú jué yīn gān jīng-足厥阴肝经)	足厥阴
zú jué yīn gān jīng	Canal do Jue Yin do pé	足厥阴肝经
zú sān yáng jīng	Três canais Yang do pé (ou seja, Tai Yang, Shao Yang e Yang Ming do pé)	足三阳经
zú sān yīn jīng	Três canais Yin do pé (ou seja Tai Yin, Shao Yin e Jue Yin do pé)	足三阴经
zú shào yáng	Shao Yang do pé (sinônimo de zú shào yáng dăn jīng-足少阳胆经)	足少阳
zú shào yáng dăn jīng	Canal da vesícula biliar Shao Yang do pé	足少阳胆经
zú shào yīn	Shao Yin do pé (sinônimo de zú shào yīn shèn jīng-足少阴肾经)	足少阴
zú shào yīn mài	Vaso Shao Yin do pé	足少阴脉
zú tài yáng *zú tài yáng páng guāng*	Tai Yang do pé (sinônimo de zú tài yáng páng guāng jīng-足太阳膀胱经)	足太阳
jīng	Canal da bexiga Tai Yang do pé	足太阳膀胱经
zú tài yīn	Tai Yin do pé (sinônimo de zú tài yīn pí jīng-足太阴脾经)	足太阴
zú tài yīn pí jīng	Canal do baço Tai Yin do pé	足太阴脾经
zú yáng míng	Yang Ming do pé (sinônimo de zú yáng míng wèi jīng-足阳明胃经)	足阳明
zú yáng míng wèi jīng	Canal do estômago Yang Ming do pé	足阳明胃经
zú zhī liù yáng	Seis (canais) Yang do pé (ou seja Três canais sobre cada perna)	足之六阳
zú zhī liù yīn	Seis (canais) Yin do pé (ou seja, Três canais sobre cada perna)	足之六阴

WŬ XÍNG

CINCO MOVIMENTOS

五行

"O yīn e o yáng são os mecanismos do céu e da terra, os cinco movimentos são o início e o fim do yīn yáng, sem o yīn yáng o céu e a terra não podem funcionar, sem os cinco movimentos o yīn e o yáng não podem funcionar"

(Huà Shì Zhōng Zàng Jīng - Canon central do mestre Hua)

Embora menos conhecidos do que o yīn e o yáng pelo grande público, os cinco movimentos (wŭ xíng 五行) são muito populares nos meios "achinesados". Quem não conhece a água, a madeira, o fogo, a terra, o metal, estes cinco "elementos" que caracterizam o universo e explicam as relações dos fenômenos entre si? É provavelmente o conceito que foi mais maltratado no Ocidente. Ele foi vítima de um grande número de interpretações, algumas são completamente fora dos significados tradicionais. Serviu até como trampolim na criação de novos sistemas médicos do tipo "acupuntural" na França e Inglaterra. Como o yīn e o yáng, os cinco movimentos são extremamente complexos de serem dominados e estão longe de um simples instrumento de classificação ou um método rudimentar de acupuntura.

I - Origem histórica e filosófica dos cincos movimentos

Para bem compreender ao que corresponde os cinco movimentos, é indispensável posicionar esta teoria dentro de seu contexto histórico, cultural e filosófico sem esquecer o que está na base desta teoria: o yīn e o yáng.

Historicamente é dito que os cinco movimentos derivam do conceito de cinco direções (wŭ fāng 五方[1]) da dinastia Shang (séculos 18-11 a.C..). Sobre ossos e carapaças de tartarugas daquela época era méncionado que os indivíduos da dinastia Shang chamavam seus territórios de "Zhōng Shāng (中商), Shang do meio. Eles o dividiam em terras do Leste (dōng tŭ 东土), terras do Sul (nán tŭ南土), terras do Oeste (xī tŭ 西土) e terras do Norte (běi tŭ 北土). Assim, definimos cinco territórios ou direções : sul, norte, leste, oeste e centro.

A partir destes cinco espaços, se desenvolveu o conceito de cinco materiais (wŭ cái 五材). À época das Primaveras e Outonos (770-476 a.C.), Zuŏ Zhuàn faz uma das primeiras evocações diretas dos cinco materiais : "o céu gera cinco materiais, o povo os utiliza para tudo, nenhum pode ser deixado de

1. Fāng 方 integra também a ideia de lugar, país, orientação, tudo que é associado à noção de espaço

lado". Os cinco materiais aos quais se fez alusão aqui são madeira, fogo, terra, metal e água. No início, o que é visto como os cinco movimentos é visto como cinco substâncias fundamentais com as quais os homens desenvolvem suas civilizações: "A água e o fogo são as coisas com as quais as pessoas comem e bebem, o metal e a madeira são as coisas com as quais as pessoas trabalham, a terra é de onde nascem os dez mil seres", (Shū Jīng – Clássico dos documentos). A partir deste conceito os sábios da antiguidade desenvolveram a ideia que estes cinco substratos de base eram o fundamento de todas as coisas e de todos os fenômenos do universo manifestado. Estes cinco componentes deixam então de ser simples materiais para tornarem-se uma doutrina abstrata explicando o mundo.

O Hóng Fàn (O grande plano), capítulo do Shū Jīng (Clássico dos documentos), é uma importante contribuição sobre os cinco movimentos anterior à época das Primaveras e Outonos (antes de 770 a.C.) que inicia a doutrina do wŭ xíng. Neste texto encontramos: "Os cinco movimentos são primeiramente a água, em segundo o fogo, em terceiro a madeira, em quarto o metal e em quinto, a terra. A água umedece e descende, o fogo inflama e se eleva, a madeira se curva e se redireciona, o metal obedece e muda de forma, a terra semeia e colhe. O que é úmido e descende produz o salgado, o que inflama e se eleva produz o amargo, o que se curva e se redireciona produz o ácido, o obediente e a mudança de forma produzem o picante, a semeadura e a colheita produzem o doce".

Hóng Fàn define quais são os cinco movimentos, suas naturezas intrínsecas e o que elas são capazes de gerar. Descrevendo não somente suas aparências físicas, mas também suas naturezas e as características internas, torna-se possível classificar por analogia todos os outros fenômenos segundo estas cinco classes. Estas ideias foram estendidas logo em seguida no Lǚ Shì Chūn Qiū (Primaveras e outonos do Mestre Lu). Uma outra dentre as primeiras descrições dos cinco movimentos vem de Lĭ Jīng (O clássico dos ritos). É no capítulo Yuè Lìng (Encomendas mensais) que os cinco movimentos são citados. Este texto insiste mais sobre a dimensão temporal dos wŭ xíng contrariamente ao Hóng Fàn que dá uma imagem mais espacial. Nós encontramos, portanto, muito rapidamente no conceito das cinco fases, a associação energia (movimento)/espaço/tempo que caracteriza nosso mundo tangível.

Se as primeiras citações explícitas destes cinco princípios aparecem um pouco antes da primeira dinastia no Shū Jīng (Clássico do documentos) e o Lĭ Jīng (clássico dos ritos), é sobre a dinastia Han (206 a.C. – 220 d.C.) que os cinco movimentos, tais como nós os conhecemos hoje, foram amadurecidos e claramente ligados às teorias do yīn yáng. Inicialmente as teorias do yīn yáng e dos cinco movimentos foram desenvolvidas independentemente e depois fundidas claramente no final da dinastia Han. O sinólogo chinês Féng Yŏu Lán 冯友兰 diz que duas correntes de pensamento tentaram interpretar a estrutura e a origem do universo. Uma se fundamenta na escola do yīn yáng, enquanto a outra se apoia nos comentários do Yì Jīng (Clássico das mutações). Nas obras que serviram de base à escola do yīn yáng (Hóng Fàn e Yuè Lìng[2]) fala-se do yīn yáng mas não dos cinco movimentos.

2. Yuè Lìng 月令 foi traduzido por Féng Yŏu Lán 冯友兰 por "Encomendas Mensais" em sua obra "História da filosofia chinesa", Ed. Mail.

Os experts atribuem à Zōu Yǎn (aproximadamente 300 a.C) a honra de ter iniciado a unificação e o aperfeiçoamento destas duas teorias. Sua escola foi chamada posteriormente a escola do yīn yáng (ou do yīn yáng e dos cinco movimentos). A maioria dos especialistas concorda em dizer que ele foi o precursor do refinamento da teoria dos cinco movimentos. Provavelmente ele sintetizou diferentes noções antigas e as unificou em um sistema coerente. De qualquer forma lhe é atribuído a evolução de uma visão puramente funcional e classificadora dos wǔ xíng para uma abordagem mais dinâmica, cíclica em relação com as teorias do yīn yáng. No entanto, estes escritos foram perdidos. Nós não temos mais nenhum dado tangível deste fato. Sua escola desapareceu sob o despotismo ideológico dos Qin, mas influenciou fortemente os pensadores da dinastia Han.



*Ilustração extraída de um texto taoísta da dinastia Ming: Wàn Yù Xiān Shū 万育仙书 (livro dos dez mil alimentos dos imortais), mostrando que os quatro movimentos são todos ligados à terra**

No entanto, aquele que impôs definitivamente estas noções foi Dǒng Zhòng Shū (aproximadamente 194-115 a.C.). Aqui também é a lenda que atribui a este erudito o feito de ter desenvolvido o sistema de correspondências para classificar os fenômenos do universo. Porém, pesquisas recentes mostram que ele teria preferencialmente usado yīn yáng para classificar as coisas! Mas com certeza podemos datar o sistema de correspondências dos cinco movimentos à época da dinastia Han provavelmente um século antes de Jesus Cristo. O conceito dos wǔ xíng foi aperfeiçoado durante a dinastia Han para corroborar a ideia de que existe uma influência mútua entre o homem e a natureza. Os elementos da natureza certamente influem sobre os seres humanos, mas também a ação dos homens modifica o

* Ilustração extraída de A Brief History of Qi de Ken Rose e Zhang Yu Huan (Paradigm Publications).

universo. Todas as coisas possuem suas próprias naturezas mas estão interconectadas estreitamente numa relação harmoniosa. Esta ideia, que é determinante há pelo menos 2000 anos na civilização chinesa, foi explorada tanto pelos confucionistas para suas regras de ética e de política, quanto pelos taoístas para desenvolver suas técnicas místicas de imortalidade.

Ao evocarmos tudo isso, estamos nos distanciando dos objetivos de um livro de teorias fundamentais sobre a medicina chinesa? Não, esta ideia é essencial porque ela distingue de maneira absoluta a abordagem da medicina chinesa daquela dos sistemas médicos indiano, tibetano ou grego. Se por um lado, estes últimos são baseados na depuração dos humores, a medicina chinesa tenta reencontrar o equilíbrio harmonioso que reina normalmente entre todos os fenômenos de naturezas diferentes, que constituem a entidade corpo/espírito. Na sociedade tradicional chinesa, esta relação entre o homem e o universo emoldurada pelos princípios do yīn yáng e dos cinco movimentos é essencial. Ninguém pode escapar disso, do simples cidadão ao imperador, do um único indivíduo à toda uma comunidade. É a raiz primordial da medicina chinesa. Compreender isso já é um primeiro passo para uma prática "ortodoxa" desta arte médica.

A dinastia Han foi precedida por um governo totalitário e extremamente centralizador dos Qin (221-206). Este governo é considerado como a primeira e verdadeira dinastia imperial chinesa baseada no absolutismo. Foi Qín Shǐ Huáng Dì 秦始皇帝, o primeiro imperador que unificou pela força os estados feudais dos Zhou e impôs com punho de ferro uma série de reformas fundamentadas sobre o modelo de juristas (ver nota a seguir), afim de destruir de maneira definitiva a sociedade feudal. Nós podemos considerá-lo como o verdadeiro fundador do regime imperial. Ele se esforçou para tornar a sociedade chinesa homogênea (unificação de pesos e medidas, eixos de veículos, instauração de uma polícia, de um exército oficial, sistema penal, etc.). Além disso, ele é o construtor da famosa muralha da China e da não menos famosa tumba funerária de Xī Ān (西安).

Este primeiro imperador foi detestado pelos estudiosos confucionistas e taoístas, pois ele foi o responsável, sob a influência de seus juristas e de seu primeiro ministro Lǐ Sī (李斯), da destruição pelo fogo de numerosos documentos filosóficos. Os "juristas"[3] tentaram padronizar o pensamento chinês queimando as obras das escolas rivais e proibindo as ideias de Confúcio, Lǎo Zǐ e Mò Zǐ! Este despotismo filosófico foi seguido por um período único na história chinesa chamado por alguns especialistas de "a síntese dos Han", uma das idades de ouro da civilização chinesa. Na verdade, no lugar de excluir as ideias, os pensadores desta época reuniram num sincretismo, que caracterizou a civilização chinesa, diferentes

3. O legalismo é uma corrente de pensamento que defendia a concepção do absolutismo imperial contra o sistema feudal. Antes do legalismo o "filho do céu" era o representante das leis celestiais na terra que ele conduzia através de rituais. Só o povo e não os aristocratas podiam ser submetidos a rituais de punição caso cometessem falhas. O rei possuía poder, mas era compartilhado com os senhores locais. Com o legalismo, a lei penal administrativa substituiu os rituais. O soberano além de ser o mandatário do céu tornou-se um imperador legislador absoluto que tinha o direito de punir qualquer pessoa independente do seu nível social. Esta doutrina era baseada na ideia de que os homens eram movidos pelo medo e pelo interesse. Daí a necessidade de manipulá-los para governar e impor seu poder pela força.

correntes de pensamentos rivais para fundi-los num sistema único. Eles conseguiram aquilo que os juristas queriam fazer, unificar o pensamento chinês. No entanto, eles conseguiram isso com uma estratégia diferente da exclusão: a fusão dos opostos. Desde então, uma particularidade da cultura chinesa é ter a capacidade de reunir ideias aparentemente diferentes, até mesmo opostas, em fazer um todo coerente e operacional. Este foi o caso do yīn yáng e dos cinco movimentos.

Há uma enorme quantidade de maneiras de utilizar a teoria dos cinco movimentos na sociedade chinesa. Os estudiosos a empregaram para desenvolver a medicina, assim como para fazer progredir alguns conceitos astrológicos como no Huái Nán Zǐ (122 a.C.). Mas a ciência não foi o único domínio que se beneficiou destas ideias. Nas artes marciais, um boxe famoso, o xíng yì quán (形意拳), é em parte baseado nas cinco formas[4] que se inspiram na natureza dos cinco movimentos. Em qì gōng (气功), nós temos o estilo cinco animais de Huà Tuó que é diretamente caracterizado pelas cinco modalidades. O fēng shuǐ (风水), utiliza também esta doutrina para analisar as relações e a compatibilidade dos diferentes elementos que constituem nosso ambiente (local onde vivemos, onde trabalhamos, local de lazer, etc.). Para que um lugar seja harmonioso e traga então a felicidade, longevidade, prosperidade, ele deve respeitar uma certa ordem que depende diretamente da lei dos cinco movimentos. Além disso, cada época do ano, cada instante é controlado por uma combinação de cinco movimentos determinando assim o caráter, a sorte ou o azar de um indivíduo em função do seu momento do nascimento. Tudo isso pode parecer estranho ou superstição para um espírito ocidental. O que quer que seja, constitui um sistema lógico e coerente que permite explicar alguns fenômenos do universo numa linguagem simbólica para uma melhor compreensão e adaptação ao mundo.

Desde o começo (pelo menos o que conhecemos historicamente) a doutrina dos cinco movimentos influenciou a teoria fundamental da medicina chinesa. Nas tumbas funerárias de Mǎ Wáng Duī (马王堆) foram encontrados textos médicos anteriores ao Nèi Jīng (Clássico interno) que descrevem os cinco movimentos. No Nèi Jīng (Clássico interno), os wŭ xíng são considerados como uma lei universal que governa todos os fenômenos do mesmo modo que o yīn e o yáng : "Os cinco transportes[5] e o yīn yáng são o Dào do céu e da terra, o princípio fundamental dos dez mil seres, o pai e a mãe das transmutações e transformações, a raiz e o início da vida e da morte", (Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn - capítulo 66[6]). Aqui a noção de cinco movimentos não se limita a ser apenas um método de classificação dos seres e coisas. Os wŭ xíng tornam-se a lei universal pela qual, junto com aquela do yīn yáng, os seres e as coisas são regidos.

---

4. Aqui cada "forma" correponde à uma série de movimentos impregnada pela natureza dos cinco movimentos.

5. Aqui wŭ yùn 五运, os cinco transportes, são um sinônimo de wŭ xíng 五行, os cinco movimentos.

6. Observamos que o capítulo 66 do Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn utiliza a primeira frase do capítulo 5 acrescentando os cinco movimentos ao yīn yáng como Dào do céu e da terra. Assim, os cinco movimentos são colocados no mesmo nível de importância que o yīn yáng.

II - O QUE SÃO OS CINCO MOVIMENTOS EM RELAÇÃO AO YĪN YÁNG?

O universo é animado por um princípio único: o Dào. Este se manifesta através de dois aspectos complementares que são o yīn e o yáng. Estes últimos estão na origem da valsa incessante das transformações, de ciclos de crescimento e decrescimento que são a matriz na qual todos os fenômenos do mundo manifestado se banham. Para refinar e aperfeiçoar a natureza destas duas forças, elas foram diferenciadas em cinco símbolos (água, madeira, fogo, terra, metal) que nomeamos wǔ xíng (五行), os cinco movimentos. "A transmutação do yáng e a união do yīn geram a água, o fogo, a madeira, o metal, a terra. Estes cinco qì (*isto é, os cinco movimentos*) se deslocam no sentido correto (*de maneira harmoniosa*) e assim as quatro estações se manifestam. Os cinco movimentos (wǔ xíng 五行) [vem] do único yīn yáng, o yīn yáng [vem] da única manifestação suprema [tài jí 太极]. O tài jí é fundamentado no sem-manifestação [wú jí 无极]", (Tài Jí Tú Shuō [太极图说] – Doutrina sobre o diagrama da manifestação suprema) de Zhōu Dūn Yí.

Sob os Ming o pensador Mǎ Jì Cháng (马季长) citado por Shī Wéi (施维) no Zhōu Yì Bā Guà Tú Jiě 周易八卦图解 (Explicações dos diagramas dos oito trigramas do Zhōu Yì) : "No [Zhōu] Yì, há o tài jí (太极), que é chamado o norte/chén (北辰). Este norte/chén gera os dois princípios (liǎng yí 两仪), os dois princípios geram o sol e a lua, o sol e a lua geram as quatro estações, as quatro estações geram os cinco movimentos, os cinco movimentos geram os doze meses, os doze meses geram os vinte quatro períodos". Se sabemos que os dois princípios (liǎng yí 两仪) evocados neste texto são o yīn e o yáng, compreendemos que os cinco movimentos são um dos fenômenos provocados pelo yīn e o yáng. O mesmo erudito afirma: "o yīn e yáng estão unidos um ao outro e assim geram os cinco movimentos"...

Sob a dinastia Song, o pensador Yì Míng Jí 佚名辑 também citado no Zhōu Yì Bā Guà Tú Jiě (Explicações dos diagramas dos oito trigramas do Zhōu Yì) diz : "O qì único se divide, o leve e o claro são o céu, o pesado e o turvo são a terra, eles geram os dois princípios (liǎng yí 两仪). Os dois princípios se dividem, então o metal, a madeira, a água, o fogo se posicionam nas quatro direções, isto gera as quatro representações (sì xiàng 四象)". Falamos aqui de quatro e não de cinco símbolos porque elas são apresentadas em suas posições espaciais e mais precisamente cardinais onde a terra é o centro da observação destas quatro direções. Além disso, mais à frente, é dito : "Os quatro símbolos (sì xiàng 四象) tem um atributo: a água, o fogo, a madeira, o metal. (...) Mas a terra não tem atributo. Cada um dos quatro símbolos (*isto é, água, fogo, madeira, metal*), no centro, é associado à terra". Mais tarde, outros textos taoístas, como por exemplo, o Xī Yóu Zhēn Quán (Verdadeiras explicações sobre a viagem ao Ocidente), sublinham que os cinco movimentos são uma produção do yīn yáng: "O qì único gera o yīn e o yáng , o yīn e o yáng geram as quatro representações, as quatro representações geram os cinco movimentos, os cinco movimentos geram os dez mil seres".

Obviamente, os médicos se inspiraram em grandes estudiosos para aplicar estes conceitos à medicina chinesa: "O tài jí (太极) se agita, então ele gera o yáng, se ele é calmo então gera o yīn. O yáng se agita, então é a transmutação, o yīn é calmo, então é a união, desta maneira eles geram a água, o fogo, a

madeira, o metal e a terra", (Gé Zhì Yú Lùn – Tratado suplementar do estudo dos fenômenos da natureza) de Zhū Dān Xī.

Estes wŭ xíng que nós traduzimos por "cinco movimentos" podem ser considerados como uma extensão das teorias do yīn yáng, a fim de estudar melhor as leis e suas características. Toda criação, toda transformação, toda manifestação no universo e a natureza, seja física, astronômica, histórica, política, etc., pode ser explicada pela evolução do yīn yáng através dos wŭ xíng.

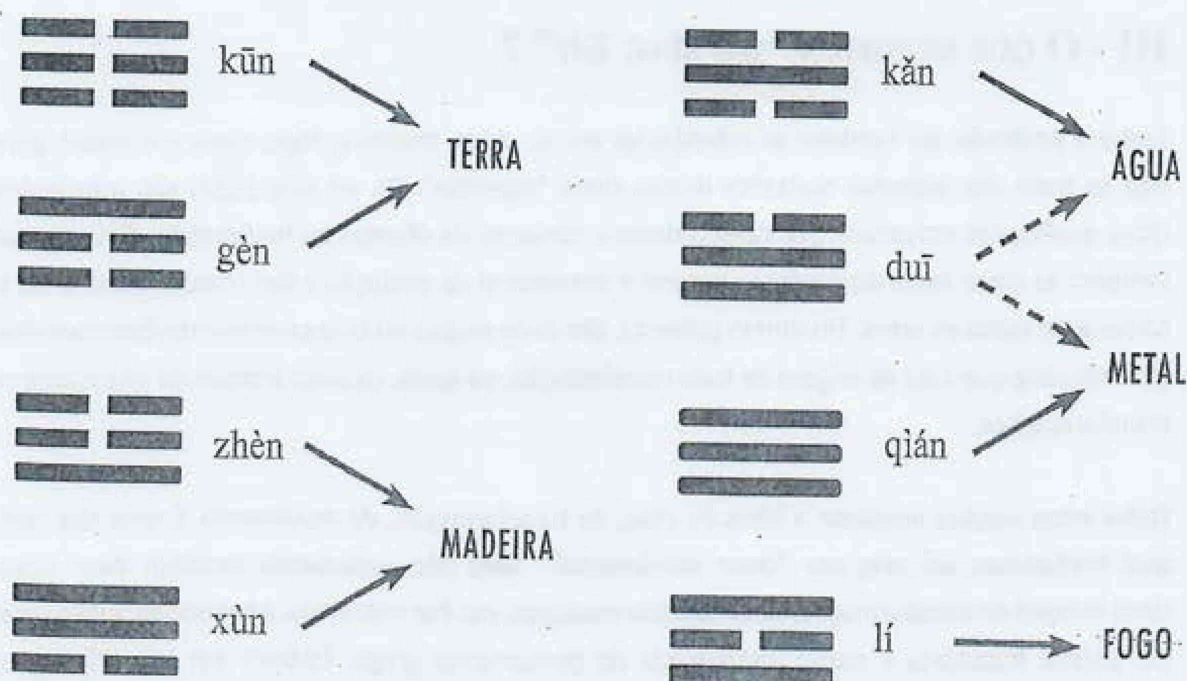
Os cinco movimentos são, portanto uma lupa dos mecanismos do yīn yáng. Eles são as cinco referências fundamentais, as cinco maiores gradações do yīn yáng. Eles detalham as leis de base do yīn yáng: complementaridade, crescimento/decrescimento, interdependência, equilíbrio de forças, ciclos, etc... É a interação do yīn e do yáng que induz estas cinco forças. É a observação atenta do ciclo do yīn yáng que revela cinco períodos no interior deste ciclo fundamental. Nós já tínhamos citado estas fases particulares : o yīn dentro do yīn pressupõe a água, o yáng dentro do yīn pressupõe a madeira, o yáng dentro do yáng pressupõe o fogo, o yīn dentro do yáng pressupõe o metal. A terra por sua vez é um período de transição de uma fase para outra, mas também um receptáculo que recebe estas cinco energias afim que elas possam se manifestar.



à água. No entanto, alguns textos afirmam que ele é de natureza metal. Será uma contradição? Não, porque segundo a teoria dos cinco movimentos, o metal gera a água. Além disso, na teoria dos órgãos zàng fŭ, o metal é associado ao pulmão que é a fonte superior de água. Assim, podemos dizer que duī (兑) é associado à água direta ou indiretamente. Pessoalmente eu prefiro associar este trigrama ao movimento metal como o fazem a maioria dos grandes textos antigos comentando o Yì Jīng (Clássico das mutações). Geralmente, se fala em dois trigramas metal, dois trigramas madeira, dois trigramas terra, mas só um trigrama água e só um trigrama fogo

Isto demonstra que os cinco movimentos são uma emanação do yīn yáng como as quatro representações. Como veremos mais abaixo, os cinco movimentos estão em estreita relação com as quatro estações. No entanto, as estações do ano nada mais são do que uma emanação da evolução do yīn yáng : "[Na] primavera, o yáng qì começa a subir, isto causa o nascimento dos dez mil seres. [No] verão, o yáng qì alcança sua subida máxima, isto causa o desenvolvimento dos dez mil seres. [No] outono o yīn qì começa a descer, isto provoca o recuo dos dez mil seres. [No] inverno, o yīn qì alcança sua descida máxima, isto provoca o recolhimento dos dez mil seres", (Guăn Zĭ).

Numerosas figuras da tradição médica chinesa explicitaram a ligação estreita entre os cinco movimentos e yīn yáng. Por exemplo, como nós já vimos anteriormente, Zhū Dān Xī em seu Gé Zhì Yú Lùn (Tratado suplementar de estudo dos fenômenos da natureza) confirma que os cinco movimentos são uma emanação do yīn e do yáng, que por sua vez emanam da manifestação suprema (tài jí 太极) : "Se o tài jí se agita então ele promove o yáng, se está calmo então promove o yīn. Se o yáng se agita então é a transmutação, se o yīn está calmo então é a união, assim geram a água, o fogo, a madeira, o metal e a terra". Zhāng Jiè Bīn, por sua vez, enfatiza a complementaridade destes dois fenômenos: Os cinco movimentos são a matéria do yīn yáng, o yīn e o yáng são o qì dos cinco movimentos, o qì sem matéria



não pode existir, a matéria sem o qì não pode se por em atividade", (Lèi Jīng Tú Yì – Complemento ilustrado do clássico classificado). Esta inseparabilidade do yīn yáng e dos cinco movimentos já havia sido apresentada por Huà Tuó : "O yīn e o yáng são os mecanismos do céu e da terra, os cinco movimentos são o início e o fim do yīn yáng, sem o yīn yáng o céu e a terra não podem funcionar, sem os cinco movimentos o yīn e o yáng não podem funcionar", (Huà Shì Zhōng Zàng Jīng - Canon central do mestre Hua).



Ilustração da dinastia Tang de Huà Tuó 华佗 (alr. 141 - 208), uma das grandes figuras da tradição médica chinesa

III - O que significa "wŭ xíng 五行" ?

Embora podendo ser também as substâncias em si, água, madeira, fogo, terra e o metal, geralmente não se trata dos aspectos materiais destes cinco "aspectos". Os wŭ xíng (五行) são principalmente as cinco qualidades universais que caracterizam o conjunto de objetos ou fenômenos. Eles correspondem também às cinco fases do processo natural e irreversível da evolução e das transformações de todas as coisas e de todos os seres. Em outras palavras, são cinco etapas do ciclo crescimento/desenvolvimento do yīn e do yáng que está na origem de toda manifestação, ou ainda, os cinco tempos da incessante valsa das transformações.

Todas estas noções implicam a ideia de ciclo, de transformação, de movimento. É uma das razões pela qual traduzimos wŭ xíng por "cinco movimentos". Mas nós poderíamos também dizer cinco fases, cinco tempos de transformação, cinco fases de mudança, etc. Por outro lado, a expressão "cinco elementos" me parece imprópria e muito impregnada do pensamento grego. Embora em sua origem, os cinco

movimentos tenham sido descritos como materiais, rapidamente se tornaram representações dos movimentos e das transformações do yīn e do yáng. O eminente sinólogo e filósofo Féng Yǒu Lán 冯友兰 diz em seu "Manual de história da filosofia chinesa" (Ed. mail) : "O termo wǔ xíng é habitualmente traduzido por: cinco elementos. No entanto, não deveríamos considerá-los como elementos estáticos, mas sim como cinco potências dinâmicas reagindo uma à outra". Outro eminente sinólogo, Christopher Cullen, confirma em "A enciclopédia do taoísmo ": "Claramente todo modelo que pode incluir nomes, estações climáticas, direções, cores e tipos de animais não está falando de ingredientes físicos como os antigos gregos, mas sim se referindo a um sistema de relações".

Alguns me rebaterão, provavelmente, dizendo que inicialmente o termo "elemento" no contexto filosófico grego incorporava uma ideia de dinamismo. Isto não justifica a tradução de xíng (行) por "elemento", ainda mais que na ideia do público ocidental, mesmo o erudito, este termo é mais associado à ideia dos quatro componentes primordiais quase físicos que constituem todas as coisas (água, ar, terra, fogo) o que me parece longe desta ideia de fase, de ciclo, de movimento que integram os wǔ xíng. Os chineses preferem saber como as coisas evoluem, agem ou interagem, mais do que se interessar por suas composições em si mesmas. É isto que explica porque a anatomia física é completamente atrofiada, negligenciada em medicina chinesa enquanto que as relações sutis entre os diferentes componentes do corpo são muito minunciosamente descritas.

O estudo dos caracteres de wǔ xíng, a meu ver, acaba definitivamente com o debate:

Wǔ (五) : significa cinco, sem nenhuma ambiguidade.

Segundo os dicionários modernos, xíng (行) é traduzido por andar, prosseguir, viajar, se deslocar, se mover, circular, movimento, mas também estrada, caminho, mas também provisório, temporário...

Xing é composto por 彳 que significa "cruzamento" de uma estrada. Associada ao segundo elemento 亍, que corresponde ao passo do pé direito e ao passo do pé esquerdo. Tudo dando uma ideia de andar num caminho ao nível de um cruzamento. A marcha dá ideia de movimento. Mas a que corresponde a noção de cruzamento? Trata-se do encontro do yīn e do yáng que induz o movimento. Nós falamos de "cinco" movimentos. Deduzimos que o yīn yáng induz cinco caminhos, cinco circulações temporárias do qì. Nós dizemos "temporárias" porque é um dos sentidos do caractere xíng e porque estes movimentos são fases sucessivas, pontuais, temporárias que dão ritmo ao ciclo crescimento/decrescimento do yīn yáng.

A ideia de "movimento" é também corroborada pelo Nèi Jīng (Clássico interno) que utiliza dois termos para exprimir o mesmo conceito : wǔ xíng que acabamos de desenvolver e wǔ yùn (五运) que significa literalmente "cinco transportes" ou ainda "cinco movimentos cíclicos". Nos dois casos, a noção de movimento é preponderante.

Primeira conclusão

No final, lembremos que todo fenômeno evolui segundo uma ordem imposta pelo yīn yáng através dos cinco movimentos e pode ser analisado através de leis e das características destes últimos. Esta teoria é parte do sistema pensado instituído sob a dinastia Han que explica as mudanças permanentes no universo, as relações entre os diferentes fenômenos do mundo manifestado e a relação entre o homem, seu mundo físico (Terra) e o mundo superior (Céu).

Em resumo e neste ponto de nosso estudo, os cinco movimentos integram :

1- uma noção de fase no ciclo permanente das transformações.

2- uma noção de propriedade, de qualidade que conforma, que especifica o conjunto dos fenômenos.

Estes dois aspectos são ligados e inseparáveis. Eles se articulam no interior da matriz do yīn yáng. Deste ponto de vista, os cinco movimentos são as cinco variações do yīn yáng através do espaço/tempo segundo a observação central do homem sobre sua terra (ver esta noção no parágrafo seguinte).

IV - Qual é a natureza e as características dos cinco movimentos?

1 - O local específico da terra

Antes de começar esta seção nós devemos esclarecer um problema de terminologia. Nós traduzimos, infelizmente, duas expressões chinesas pela mesma palavra francesa "terra". Só o contexto pode nos dizer qual é a tradução exata. Há a terra, dì (地), da dupla com o céu e terra (tiān dì 天地), símbolo do yīn e yáng, os dois polos opostos onde as trocas geram a vida. Há a terra, tŭ 土, um dos cinco movimentos que são as cinco propriedades fundamentais de todo fenômeno e cujas leis de interação regem as relações entre todos estes fenômenos. Ainda que estas duas terras tenham pontos em comum, trata-se de dois conceitos diferentes. Na grande maioria dos casos, quando falamos de terra neste capítulo, trata-se do movimento, da fase.

Como em muitas outras civilizações tradicionais, o chinês é muito frequentemente um camponês. As referências do camponês são a terra, de um lado, e os movimentos do sol, de outro. É este último que determina as idas e vindas dos dias e das estações mas também o eixo sul/norte. É sobre suas terras, de frente para o sul que este chinês observa o grande yáng[10]. Naturalmente esta terra torna-se o centro absoluto em volta do qual tudo evolui. Ela é seu território (espaço), o local onde ele passa sua vida (tempo), seu meio de subsistência (energia). Tudo é trazido à esta referência essencial. A terra é o ponto central onde se cruzam, no momento da observação, o tempo (os quatro períodos do dia[11] e as quatro estações) e o espaço (as quatro direções). Ela constitui o quinto ponto de referência, no centro, sem a qual os outros não poderiam ser definidos. Um círculo precisa de um centro. Este centro é a terra. A partir do pivô

10. Sol em chinês é tài yáng (太阳), o grande yáng.

11. Meia-noite, aurora, meio-dia, crepúsculo ou então meia-noite, manhã, tarde, produzidos pelos movimentos do sol.

central, o chinês, de frente para o sul, faz diferentes observações: à frente, há o sul, o meio-dia, o verão, o apogeu do yáng, o fogo. Atrás, há o norte, a meia-noite, o inverno, o esgotamento máximo do yáng, a água. À esquerda, há o leste, a aurora ou a manhã, a primavera, a subida do yáng, a madeira. A direita, há o oeste, o crepúsculo ou a tarde, o outono, o declínio do yáng, o metal. No centro, há o observador, a referência, a terra.

Por que a terra é o pivô central ? Nós já respondemos parcialmente esta questão. Primeiro porque a terra é a referência do camponês chinês. Além disso, aqui em baixo, a terra é a mãe que gera todos os elementos indispensáveis à vida : nutrição, medicamentos, matérias-primas, materiais para o habitat, para ferramentas, para a guerra, etc. A terra é yīn. O yīn é a matriz universal. "A terra (tǔ土) é a mãe dos dez mil seres", (Pí Wèi Lùn – Tratado do baço e estômago). É a terra que acolhe o Homem e o alimenta, não é o céu, nem a madeira, nem o fogo, o metal ou a água, ainda que todas estas modalidades sejam indispensáveis. É normal que ela seja considerada como a primeira referência.

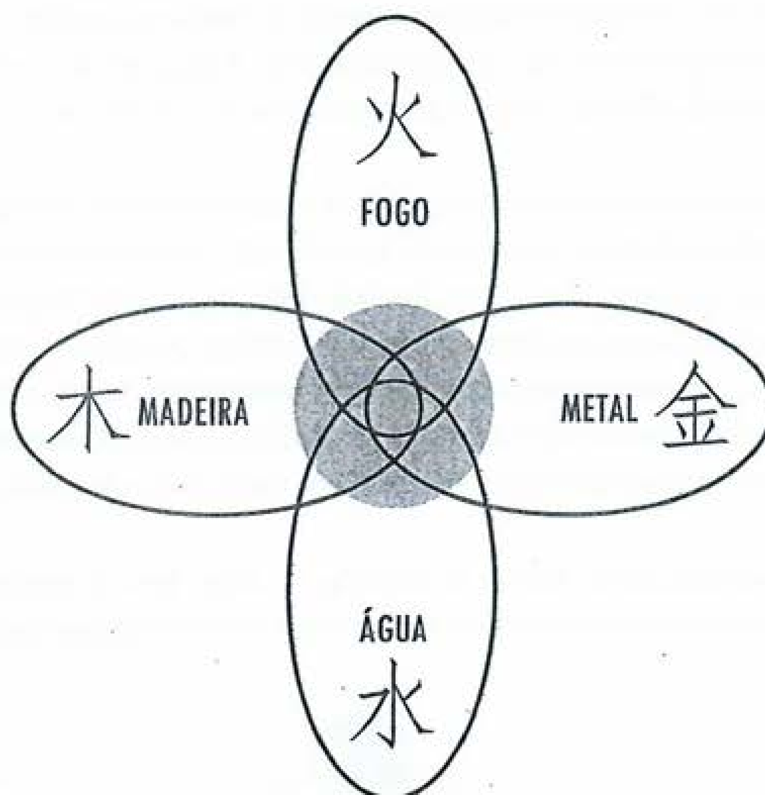
Numerosas expressões populares colocam em destaque o papel central da terra em relação aos outros fenômenos : "Os dez mil seres vivem no centro da terra (tǔ土)", "Os dez mil seres morrem no centro da terra", "a terra é a mãe dos dez mil seres", etc. Segundo Dǒng Zhòng Shū "Origem histórica e filosófica dos cinco movimentos", em seu livro Chūn Qiū Fán Lù (Profusão de orvalho sobre as Primaveras e os Outonos), a terra é tão somente a controladora dos cinco movimentos. Sem o qì da terra nada pode ser realizado. Não se atribui à ela uma estação particular, mas ela é a autoridade central das quatro estações. Isto reforça a ideia que a terra é o pivô central em torno do qual outras modalidades se articulam.

Uma passagem do capítulo 20 do Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn, parece exprimir a ideia de que a terra é o elemento central para o qual todos os outros movimentos são reconduzidos sem parar para se manifestar:



"O baço é terra. Ele (*baço/terra*) dirige o centro e invariavelmente utiliza as quatro estações para desenvolver os quatro [outros] órgãos zàng. Cada um lhe confia dezoito dias de comando, ela não preside nenhuma estação própria. (...) A terra (tǔ 土) gera os dez mil seres e toma como modelo o céu e a terra (dì 地). É a razão pela qual ela está no alto e no baixo, da cabeça aos pés e porque não pode presidir uma estação".

Este texto é fundamental. Ele explica que existem quatro interestações dirigidas pela terra. Existe como que uma necessidade de voltar à origem central, a terra, o final de cada fase que possui seu próprio papel no interior da lógica interativa dos cinco movimentos, além do ponto de referência, o receptáculo, o local de expressão dos wǔ xíng. É no centro que a terra gera os dez mil seres segundo as leis universais do yīn yáng (céu e terra). É no centro que cada movimento delega regularmente seu poder à terra. Tudo parte da terra e tudo retorna à ela.



A terra é a referência central a partir da qual todos os outros movimentos partem e depois retornam antes de passar a uma outra fase.

2 - O movimento madeira 木

Nós vamos desenvolver as características do movimento madeira. Nós não queremos partir de uma explicação demasiadamente filosófica ou simbólica para evitar interpretações errôneas. Nós nos contentaremos de propor algumas pistas para reflexão. Faremos o mesmo para os outros elementos.

Ideia geral

O caractere mù (木) significa madeira, mas também significa árvore que se ergue e que simboliza a vita-

lidade da natureza que renasce na primavera. A madeira se apresenta no leste onde o sol nasce, espaço yáng dentro do yīn que se dirige para o yáng dentro do yáng, onde o yáng está no seu apogeu.
O movimento madeira é a subida de tensão de energia. Após a hibernação vem a explosão, mas uma explosão essencialmente vertical. Mesmo podendo ser curvada por nós (o que demonstra uma maleabilidade ligada à sua juventude), ela retoma seu direcionamento, da terra em direção ao céu, do norte em direção ao sul tal como o dragão verde que emerge do abismo obscuro.

A madeira é o movimento do nascimento ou do renascimento, daquilo que expande, sai da terra, sai de si mesmo. Claro que esta potente subida vertical primaveril será acompanhada de uma explosão em fogo de artifício, mas será preciso esperar a potência do fogo, no verão, para ver uma difusão centrífuga.



Caractere mù (madeira) No antigo estilo dos grandes selos

A madeira é o movimento da força bruta, masculina, que é necessária para se separar e se distanciar do yīn, necessário à mudança e transformação.

A madeira está associada à primavera, ao vento que vivifica, que agita. Esta evoca a ideia de dinamismo, de mobilidade, de agitação.

Na natureza todos os vegetais são alimentados pela água que é o elemento mais essencial para as plantas. A água é o que gera a madeira, A madeira provém da água.

Podem ser associadas ao movimento madeira propriedades como ação, competição, planificação, iniciativa de um novo projeto.

Zhèn (震) e xùn (巽) são os dois trigramas do Yì Jīng (Clássico das mutações) associados à madeira

O que diz o Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn

As correspondências essenciais do movimento madeira no céu, na terra e no homem nos são ensinadas no capítulo 5 do Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn:

"O território do Leste gera o vento, o vento gera a madeira, a madeira gera o ácido, o ácido gera o fígado, o fígado gera os tendões, os tendões geram o coração, o fígado governa os olhos. No céu é o vento, na terra é a madeira, no corpo são os tendões, nos órgãos záng é o fígado, nas cores é o verde (cāng 苍[12]), nos sons é a nota jué (角) (*3a nota da escala pentatônica chinesa*) nos barulhos é o grito, nas alterações é a sensação de aperto (*isto é, contração*), nos orifícios são os olhos, nos sabores é o ácido, nas emoções é a raiva".

12. Segundo o dicionário Ricci, cāng 苍 significa azul-esverdeado ou e verde-mar (verde azulado), o que nos remete ao azul/verde do termo qīng (青).

Comentários

O vento está associado à primavera que é a estação do movimento madeira onde tudo se desperta, floresce, cresce. O ácido é o sabor das frutas imaturas da primavera. O fígado é o órgão da ordem, da flexibilidade, da livre circulação, da subida do qì, necessárias ao impulso madeira no organismo. Os tendões são um dos elementos que permitem a flexibilidade, que transmitem a força muscular e que favorecem a elasticidade que é característica do movimento madeira. A madeira é ação, o renascimento, o despertar que implica uma abertura para o exterior, realizada pelos olhos. A primavera está associada à cor verde, cor da renovação na natureza. Para ser mais preciso é um azul esverdeado como aquele de alguns pinheiros, a cor da montanha coberta de abetos e ainda enevoada, observada no nascer do sol, uma sombra verde para nos relembrar que este é o exato movimento de emergir das profundezas da noite. O grito, é o canto da criança que acaba de nascer, é a expressão do guerreiro que ataca, é o berro do dragão que se coloca de pé. A raiva é a emoção da exteriorização, onde a energia sobe bruscamente e explode em um desenho final.

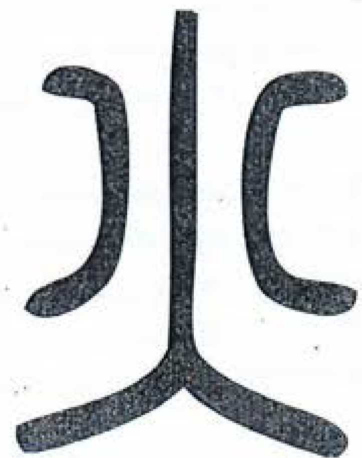
3 - O movimento fogo 火

Ideia geral

O caractere huŏ (火) significa fogo[13]. A grafia mostra chamas que sobem e que queimam. O fogo se apresenta ao sul, espaço yáng dentro do yáng, onde o yáng está no seu apogeu, mas onde igualmente ele prepara seu declínio em direção ao yīn dentro do yáng.

O fogo é a expressão do yáng, em seu máximo, em todas as suas dimensões: a luz que clareia e desperta o mundo, o calor que torna possível as transformações, a energia que dinamiza os fenômenos. Se a água é a matriz yīn de toda a criação, o fogo é a sua manifestação, a exteriorização, a eclosão. É um movimento dinâmico e de expansão. Se a madeira faz subir, o fogo difunde, dispersa. É um movimento mais centrífugo.

O fogo é o movimento da eclosão, da maturação associado ao verão. O fogo como seu símbolo celeste, o grande yáng, o sol, irradia e aquece. A irradiação é um movimento vibratório do interno para o externo. Ele faz aflorar os fenômenos. O calor dinamiza as trocas suscetíveis de ativar o desenvolvimento dos elementos da natureza. O calor do verão não é a origem da maturação dos grãos e das frutas?



Caractere huŏ (fogo)
No antigo estilo dos selos

É o movimento de ação. O calor ativa, mobiliza, excita e até mesmo agita em caso de excesso. De um ser que reage rápido e intensamente não se diz que ele tem sangue quente ? No fogo, yáng dentro do yáng, a energia está no seu apogeu. Esta favorece então as circulações, os deslocamentos, os dinamismos, os metabolismos, as trocas, a atividade geral.

O fogo é gerado pela madeira. De fato, por um lado o elemento vegetal está na grande natureza como combustível do fogo e por outro, devemos nos lembrar que as sociedades primitivas produziam o fogo fazendo girar rapidamente um pedaço de madeira sobre uma prancha. A madeira aqui gera diretamente o fogo.

Os termos que qualificam melhor o fogo são: luz, energia, movimento, calor, expansão, difusão, maturação, comunicação, transformação...

Lí (离) é o trigrama do Yì Jīng (Clássico das mutações) associado ao fogo.

O que diz o Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn

As correspondências essenciais do movimento fogo no céu, na terra e no homem nos são ensinadas no capítulo 5 do Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn:

"O território do sul gera o calor, o calor gera o fogo, o fogo gera o amargo, o amargo gera o coração, o coração gera o sangue, o sangue gera o baço, o coração governa a língua. No céu é o calor, na terra é o fogo, no corpo são os vasos[14], nos órgãos zàng é o coração, nas cores é o vermelho, nos sons é a nota zhĭ (徵) (*4a nota da escala pentatônica chinesa*), nos barulhos é o riso, nas alterações é a melancolia, nos orifícios é a língua, nos sabores é o amargo, nas emoções é a alegria".

Comentários

O calor está associado ao verão que é a estação do fogo onde tudo floresce, se desenvolve, se expande, se dispersa. O amargo é o gosto das coisas quando o fogo queimou os alimentos. O coração é o órgão de onde emana o fogo do espírito. Ele ativa o sangue. É a raiz da vida[15] como o fogo é na natureza. A língua é o órgão que permite a fala, é o órgão da comunicação que é uma característica do fogo. A língua também é o que permite reconhecer os sabores. Nós não dizemos que um prato apetitoso coloca as papilas em alerta – ou seja, em ação, em movimento, que são características do fogo ? E estas noções de comunicação, de relação às quais podemos acrescentar aquela das redes comunicantes, não se encontram na função dos vasos que governam o fogo/coração ? O vermelho é a cor do sol que ilumina o céu, do fogo que queima a madeira, do metal em fusão. O riso é uma expressão que exterioriza, que dispersa, que se dilata, que é quente, então a alegria é uma emanação positiva do espírito voltado para o exterior e que manifesta a satisfação do ser.

---

14. Segundo os sinólogos Paul Unschuld e Elisabeth Rochat De La Vallée, "mài 脉" nos clássicos significa "circulação" e não vasos. Isto se refere, então, mais ao conteúdo do que aquele que o contém na circulação do sangue... Assim como o termo "meridiano" que é inadequado para jīng (经), eu não tenho coragem de modificar esta tradução por estar muito arraigada nos espíritos... Mas a lógica pediria que disséssemos circulação" para mài 脉, canal para jīng 经 e ligação para luò 络. A revolução terminológica está por fazer!

15. Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn, capítulo 9.

4 - O movimento terra 土

Ideia geral

O caractere tǔ (土) significa terra, sol, terreno, campo. Etimologicamente a grafia do caractere simboliza uma planta que atravessa uma camada de húmus. É preciso diferenciar esta terra/movimento da terra/ globo terrestre, da dupla céu/terra, que é outro conceito, outro caractere: dì (地)
A terra se apresenta no centro, espaço equilibrado onde as quatro modalidades se exprimem, se referenciam.

Nós atribuímos à terra virtudes sintéticas, quase sincréticas. Ela permite que diferentes energias coexistam. É uma grande mediadora com qualidades de harmonização. Esta tornou-se uma regra a partir dos Han que foi justamente uma época de harmonização, sincrética, associada ao movimento terra.

Como dissemos mais acima, a terra é a referência em torno da qual os quatro movimentos se articulam. Alguns chegarão a pensar que ela participa de cada movimento. Podemos ilustrar esta ideia pela observação das estações. Para a terra falamos em uma quinta estação, que os chineses chamam cháng xià (长夏), o verão prolongado ; é um tipo de verão indiano. Mas ela também é associada, segundo o calendário chinês, à uma interestação de 18 dias entre a primavera, o verão, o outono e o inverno. Na verdade, cada estação termina ou começa por esta transição do tipo terra. Existe um incessante retorno à esta referência, uma participação permanente da terra. "Para cada uma das quatro estações, primavera, verão, outono, inverno, a terra preside 18 dias", (Xiū Zhēn Biàn Nán – Discussão para cultivar a Realidade [perfeição]).

Esta é a razão pela qual os estudiosos afirmam que este movimento contém todos os outros. A terra seria a tela de fundo sobre a qual se exprimem as quatro outras modalidades. Isto se encontra claramente na expressão "tǔ zǎi sì xíng (土载四行)", que podemos traduzir por "terra transporta os quatro (outros) movimentos" ou ainda " a terra contém os quatro (outros) movimentos". Sob os Song o estudioso Yì Míng Jí 佚名辑 citado por Shī Wéi 施维 em Zhōu Yì Bā Guà Tú Jiě 周易八卦图解 (Explicações do diagramas dos oito trigramas do Zhōu Yì) disse : "As quatro representações (sì xiàng 四象) tem um atributo: água, fogo, madeira, metal. (...) Mas a terra não tem atributo. Cada uma das quatro representações (*ou seja água, fogo, madeira, metal*), no centro, está associada à terra.

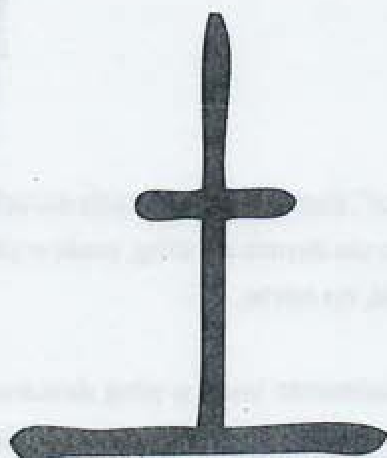
Este conceito se aplica também ao corpo humano, os órgãos da terra dão suporte aos outros órgãos. Isto é especialmente citado por Yī Xué Zhèng Chuán (Transmissão ortodoxa da medicina) de Yú Tuán: "A terra é o mestre do corpo inteiro, se a terra está equilibrada, então todos os órgãos zàng estão equilibrados". Posteriormente Zhāng Xí Chún sob os Qing confirmou este ponto de vista: "Nos zàng fǔ do homem, o baço e o estômago pertencem à terra, ela é o fundamento capaz de conter (englobar) o metal, a madeira, a água e o fogo" (Yī Xué Zhōng Zhōng Cān Xī Lù – Coletânea do ensino médico sobre a união da [medicina] chinesa e ocidental).

O movimento terra é um movimento de conciliação, de união, de aspectos às vezes opostos. Ao mesmo tempo, é uma fase de tranquilidade, de calma, de equilíbrio. A terra favorece a estabilidade se associando aos fenômenos de naturezas opostas. É o vínculo que permite às diferentes realidades do mundo coabitarem. É o movimento de coesão.

A terra parece ter sido muito cedo considerada como um movimento central, de harmonização. Nós encontramos um traço notável no Guǎn Zǐ. Para permitir uma melhor comparação com os outros movimentos, nós mantivemos todo o seguinte parágrafo: "Na região do centro (terra). [Existem] cinco divisões de tempo harmoniosas, a roupa do imperador é de cor amarela, o sabor é doce, o som é a nota gōng (宫), Dó, um qì harmonizante governa..", "Na região do leste (madeira). [Existem] oito divisões de tempo que se elevam, a roupa do imperador é verde, o sabor é ácido, o som é a nota jué (角), Mi, um qì seco governa...", "Na região sul (fogo). [Existem] sete divisões de tempo que se elevam, a roupa do imperador é vermelha, o sabor é amargo, o som é a nota zhǐ (徵), Sol, um qì yáng governa...", "Na região oeste (metal). [Existem] nove divisões de tempo harmoniosas, a roupa do imperador é branca, o sabor é picante, o som é a nota shāng (商), Ré, um qì úmido governa...", Na região norte (água). [Existem] seis divisões de tempo móveis, a roupa do imperador é preta, o sabor é salgado, o som é a nota yǔ (羽), Lá, um qì yīn governa...".



Ilustração extraída de um texto taoísta da dinastia Ming : Wàn Yù Xiān Shū 万育仙书 (livro dos dez mil alimentos dos imortais), mostrando que os quatro movimentos são todos ligados à terra[16]



Caractere tǔ (terra)
No antigo estilo dos selos

No capítulo sobre as quatro estações, o Guǎn Zǐ diz também: "O centro é chamado terra (tǔ 土). A ordem da terra é de auxiliar o começo e o fim das estações para regularizar e controlar o vento e a chuva. (...) Suas virtudes são a paz e a harmonia, o equilíbrio e a equanimidade[17]".

A terra é gerada pelo fogo. De fato, na natureza quando o fogo queima a madeira, ele gera as cinzas que se reintegram ao solo. Há um retorno à terra do resultado da combustão do fogo. A queima não é senão a criação de terras cultiváveis e férteis pelo fogo.

Kūn (坤) e gèn (艮) são os dois trigramas do Yì Jīng (Clássico das mutações) associados à terra.

16. Ilustração extraída de A Brief History of Qi de Ken Rose e Zhang Yu Huan (Paradigm Publications).
17. Segundo uma tradução de Ken Rose e Zhang Yu Huan em « A brief history of Qi », página 35, Paradigm Publications.

O que diz o Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn

As correspondências essenciais do movimento terra no céu, na terra e no homem nos são ensinadas no capítulo 5 do Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn :

"O centro gera a umidade, a umidade gera a terra, a terra gera o doce, o doce gera o baço, o baço gera as carnes, as carnes geram o pulmão, o baço governa a boca. No céu é a umidade, sobre a terra (dì 地) é a terra (tǔ 土), no corpo são as carnes, nos zàng é o baço, nas cores é o amarelo, nos sons é a nota gōng (宫) (*1a nota da escala pentatônica chinesa*), nos barulhos é o canto, nas alterações é a eructação, nos orifícios é a boca, nos sabores é o doce, nas emoções é o pensamento (sī 思)".

Comentários

A umidade está associada à quinta estação que é governada pelo movimento terra onde os fenômenos são recebidos e preparados para deixar uma estação e se dirigir à outra. É uma interestação. O doce é o sabor dos cereais, o alimento fundamental que nos propicia a terra nutridora. O baço é o órgão que transforma os alimentos para nutrir e fortificar o corpo. Ele é o instrumento da terra nutridora no corpo. A boca é a abertura externa que permite esta nutrição. As carnes são o resultado da nutrição. O amarelo é associado à terra. É a cor do imperador que ninguém mais podia trajar. Não esqueçamos que este era o responsável da Harmonia universal. Ele era a ligação entre o Céu e os Homens, o conciliador entre as três potências (sān cái 三才: Céu, Terra, Homem). Não dizemos que a música acalma os ânimos? Não cantamos ao lado do berço de uma criança agitada ? O canto, não é segredo para ninguém, tem virtudes calmantes, harmonizantes, mas também comunicativas, assim como o movimento terra. Sī (思) geralmente significa pensar, meditar, refletir, pensar com afeição. Em medicina chinesa, no plano fisiológico "sī 思" representa o pensamento em ação que tenta resolver um problema. Enquanto nosso mental não consegue conciliar nossas ideias para encontrar soluções harmoniosas, isto traz a preocupação, a ansiedade, a ruminação mental, uma incapacidade para encontrar soluções para os problemas. (Ver também o capítulo sobre o baço – volume 2)

5 - O movimento metal 金

Ideia geral

O caractere jīn (金) significa especificamente "ouro" e de forma geral "metal". Exprime uma ideia de duração, de resistência como aquela do metal. Ele se apresenta à oeste, no espaço yīn dentro do yáng, onde o yáng declina em direção ao seu enfraquecimento máximo : o yīn dentro do yīn, no norte.

O metal é claramente um movimento descendente. Ele começa um movimento onde o yáng descende, onde o sol se põe, onde as folhas das árvores caem, onde o tigre branco desce sobre suas presas, onde a lâmina do carrasco cai[18]. Por sua densidade e peso, o metal só pode descer. O metal marca o tempo das colheitas[19], dos balanços, dos julgamentos.

---

18 Se diz que o outono associado ao metal era a época das execuções à morte, frequentemente por decaptação com espada.
19 Não esqueçamos que as estações chinesas são deslocadas em relação ao nosso calendário e que o outono chinês começa no início de agosto. Para os chineses, os solstícios e os equinócios marcam o meio da estação, enquanto que para nós, ocidentais, estas mesmas referências marcam o início.

O metal é também o movimento da separação, do julgamento ao veredito implacável, rígido. Por outro lado, o metal se separa cortando. Ele permite principalmente separar o exterior do interior. O metal é o movimento da contração, da solidificação, da materialização. De fato, é um movimento onde o yáng se retira para dar espaço ao yīn. Assim, a energia dá lugar à matéria. Ocorre uma condensação, um endurecimento como o metal em fusão (o fogo/yáng está em ação) que endurece à medida em que se resfria (o fogo/yáng se retira). A natureza do metal, portanto, é a dureza, a solidez, a rigidez, a materialização, a concretização.



Caractere jīn (métal)
No antigo estilo dos grandes selos

O metal é gerado pela terra porque é em seu seio que se encontra a rocha, os minerais. É preciso cavar o solo para encontrar os metais. O metal é, portanto, uma concretização, uma concentração do elemento terra.

Qián (乾) e duī (兑) são os dois trigramas do Yì Jīng (Clássico das mutações) associados ao metal.

O que diz o Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn

As correspondências essenciais do movimento metal no céu, na terra e no homem nos são ensinadas pelo capítulo 5 do Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn :

"O território do oeste gera a secura, a secura gera o metal, o metal gera o picante, o picante gera o pulmão, o pulmão gera a pele e os pelos, a pele e os pelos geram os rins, o pulmão governa o nariz. No céu é a secura, na terra é o metal, no corpo são a pele e os pelos, nos zàng é o pulmão, nas cores é o branco, nos sons é a nota shāng (商) (*2a nota da escala pentatônica chinesa*), nos barulhos são os soluços, nas alterações são a tosse, nos orifícios é o nariz, nos sabores é o picante, nas emoções é a melancolia (yōu)".

Comentários

O metal é de todos os movimentos o mais difícil de interpretar e explicar suas atribuições simbólicas. A secura é associada ao outono que é a estação do movimento metal onde tudo na natureza começa a declinar, a murchar, a ressecar porque a seiva vital inicia seu retorno para baixo e para dentro. O picante é um sabor agressivo tal como é este movimento : descendente, brusco, separador. Para funcionar bem, o qì do pulmão e também o do intestino grosso, sua víscera associada, deve descer. A pele é o elemento que separa o externo do interno, a separação é uma característica do metal. Branco como o brilho do metal, branco como a pelagem do tigre da China, animal mítico do metal. O soluço é a expressão da tristeza induzida por uma separação ou a melancolia que se segue ao outono ou ao final de um ciclo. A tosse é a doença do pulmão que corresponde a um movimento contrário daquele do metal: a subida.

6 - O movimento água 水

Ideia geral

O caractere shuǐ (水) em sua grafia original 𣱱 representa uma corrente de água com seus turbilhões laterais

A água representa o norte, espaço yīn dentro do yīn, onde o yáng está no seu esgotamento máximo. Ao mesmo tempo, trata-se de um espaço/tempo onde a renovação do yáng se prepara. Anuncia-se uma eminente subida do yáng dentro do yīn.

A água é a fase de retorno, o retorno para o interior, em direção à origem, em direção à mulher obscura, esta mãe do mundo, o yīn dentro do yīn, que encerra em seu seio o fermentar de todas as transformações à seguir. Os cientistas modernos não dizem que toda a vida animal da terra veio da água?

A água é o movimento da calma, do repouso, da imobilização, do não agir que implica este retorno ao interior. É a tartaruga de casco negro símbolo da longevidade.

A água é um dinamismo centrípeto, de interiorização, de armazenamento, de acúmulo de potenciais que faz deste movimento aquele que é mais potente. Os homens conseguem, às vezes, dominar o fogo, mas raramente a subida das águas.

A água está associada ao inverno, ao frio que congela, que faz perder a forma, que endurece. Isto evoca a ideia de condensação, de concentração do conjunto dos qì, como o felino que se contrai antes do salto.



Caractere shuǐ (água)
No antigo estilo dos grandes selos

Na natureza, as duas principais fontes de água[20] são as montanhas e os lençóis freáticos. As montanhas, são as rochas do movimento metal que saíram da mãe, a terra. Elas liberam a água e geram os rios. Para cavar um poço é preciso cavar o solo na rocha de onde emana a infiltração de água. Nos dois casos é o metal (montanha, rocha) que gera a água.

A água também é entendida como o movimento dos líquidos, a fluidez, o que umidifica, ou seja, nutre ao mesmo tempo em que refresca.

Kǎn (坎) é o trigrama do Yì Jīng (Clássico das mutações) associado à água.

O que diz o Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn

As correspondências essenciais do movimento água no céu, na terra e no homem nos são ensinadas pelo capítulo 5 do Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn:

20 Falamos de água potável, aquela que pode nutrir a família, as plantas, os animais do camponês chinês.

"O território do norte gera o frio, o frio gera a água, a água gera o salgado, o salgado gera os rins, o rim gera a medula e os ossos, a medula gera o fígado, o rim governa os ouvidos. No céu é o frio, na terra é a água, no corpo é o osso, nos órgãos é o rim, nas cores é o preto, nos sons é a nota yŭ (羽) (*5a nota da escala pentatônica chinesa*), nos barulhos é o suspiro, nas alterações é o arrepio (tremor), nos orifícios são os ouvidos, nos sabores é o salgado, nas emoções é o medo".

Comentários

O frio é associado ao inverno que é a estação do movimento água onde tudo na natureza tende a se tornar mais lento, se economizar, se interiorizar, à hibernar. Nosso globo terrestre está em grande parte recoberto pelos oceanos. Esta gigantesca massa de água é salgada. Seria esta uma explicação para a associação desta modalidade a este sabor ? O rim estoca o jīng do céu anterior que constitui o que nós chamamos de yīn verdadeiro. A água tem relação com o yīn verdadeiro. O rim é considerado como o órgão água (yīn) que permite o equilíbrio yīn yáng com o coração, representando o fogo (yáng). A medula é uma das substâncias mais internalizadas no corpo. Na mesma linha de ideias, o gemido vem das profundezas do organismo. Portanto, a água é o movimento de aprofundamento, das coisas escondidas, da estocagem. O preto é a cor do yīn, a cor da mulher obscura. Na ausência da luz do céu (yáng), a água é sombria, obscura, tenebrosa como o caos primordial. O medo é a emoção que congela como congela o frio do movimento água.

7 - Classificação segundo as cinco modalidades

Nós havíamos afirmado no capítulo anterior que tudo podia ser classificado segundo as características do yīn yáng. Os cinco movimentos completam esta abordagem. Os chineses, grandes observadores e grandes compiladores "diante do eterno", classificaram toda a realidade segundo estas cinco "forças vibratórias". Segundo um ponto de vista pessoal, eu diria que estas cinco forças formam a estrutura interna de todos os fenômenos materiais ou imateriais lhes conferindo assim características particulares que especificarão, influenciarão seus papéis e suas manifestações no universo.

As características dos cinco movimentos são qualitativas. Quando um objeto é dito "metal", isto significa que suas propriedades são dominadas pelas especificidades do movimento metal. Isto não quer dizer que ele seja necessariamente de material metálico. Ele pode ser ou não. Além disso, ele inclui, mas em proporções diferentes, as qualidades das outras quatro modalidades.

A classificação pelos cinco movimentos não impede que uma realidade possa se transformar em outra de natureza diferente, água, madeira, fogo, terra ou metal... Pelo contrário, a essência do universo manifestado é a transformação. Então dizer que tal fenômeno é madeira, implica unicamente que esta modalidade é a qualidade que melhor o caracteriza num determinado momento. É uma fotografia de suas características intrínsecas num instante preciso que segundo as leis do yīn yáng estão forçosamente evoluindo, mesmo se, aos nossos olhos cegos, este movimento paciente e incessante do universo não seja percebido.

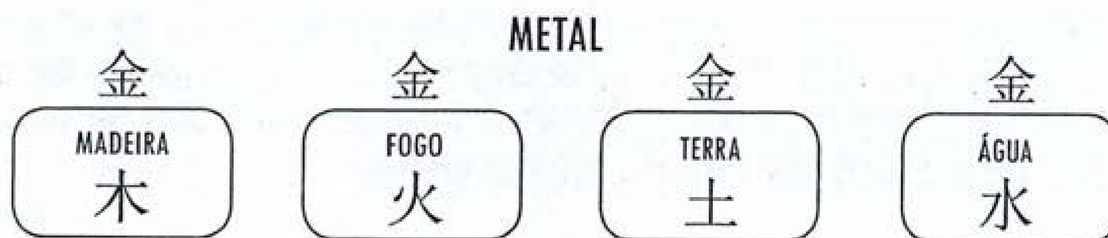


A todo momento uma fase pode se transformar em outra

Mesmo que um fenômeno pareça caracterizado de maneira permanente por uma das cinco modalidades, é sempre possível observar um ciclo do yīn yáng e dos cinco movimentos no interior dele. Na verdade, algo de natureza "água" pode estar numa fase água, madeira, fogo, terra ou metal. Nós quase poderíamos falar de água de água, madeira de água, fogo de água, terra de água, metal de água... Trata-se do prolongamento do conceito mais conhecido de : "yīn dentro do yīn, yīn dentro do yáng, yáng dentro do yáng, yáng dentro do yīn".

Nós temos uma ilustração desta ideia em acupuntura na teoria dos cinco pontos shū-transporte (shū xué 输穴). Cada canal principal associado a um movimento particular possui pontos combinados aos cinco movimentos. Por exemplo, sobre o canal principal do coração (shǒu shào yīn 手少阴) associado ao fogo, o ponto C9 (shào chōng 少冲) é um ponto madeira deste canal fogo, C8 (shào fǔ 少府) é um ponto fogo deste canal fogo, C7 (shén mén 神门) é um ponto terra deste canal fogo, C4 (líng dào 灵道) é um ponto metal deste canal fogo e C3 (shào hǎi 少海) é um ponto água deste canal fogo. Cada um destes pontos é uma manifestação particular dos cinco movimentos sobre um canal de natureza fogo que, além disso, é do tipo yīn (shào yīn 少阴)...

Cada fase integra sempre um outro ciclo completo, e isto provavelmente é infinito. É esta visão dinâmica, espiral, infinita que deve dominar nosso espírito quando utilizamos estas classificações. Estas, tais como são apresentadas, geralmente dão uma imagem muito rígida e congelada daquilo que é feita esta realidade.



Todo fenômeno é animado pelos cinco movimentos mesmo se um deles é o que domina

Nós reunimos nos quadros a seguir as relações clássicas dos cinco movimentos. A maioria vem do Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn. Deve-se notar que as classificações abaixo se refinaram ao longo da história chinesa mas a maioria das correspondências foram estabelecidas muito cedo. Encontramos estes tipos de classificações em obras filosóficas chaves como Chūn Qiū (Primavera e Outono) de Confúcio.

OS CINCO MOVIMENTOS NA NATUREZA:

	MADEIRA 木	FOGO 火	TERRA 土	METAL 金	ÁGUA 水
Orientação	Leste	Sul	Centro	Oeste	Norte
Estação	Primavera	Verão	Interestação (a)	Outono	Inverno
Clima	Vento	Calor	Umidade	Secura	Frio
Planeta	Júpiter	Marte	Saturno	Vênus	Mercúrio
Momento do dia	Aurora	Meio-dia	Tarde	Crepúsculo	Meia-noite
Cor	Verde/azul (b)	Vermelho	Amarelo	Branco	Preto (c)
Transfor-mação	Nasc imento shēng 生	Desenvolvimento cháng 长	Transformação huà 化	Colheita shōu 收	Armazenamento cáng 藏
Nota	Jué (角)	Zhĭ (徵)	Gōng (宫)	Shāng (商)	Yŭ (羽)
Sabor	Ácido	Amargo	Doce	Picante	Salgado
Odor	Rançoso	Queimado	Perfumado	Acre (d)	Putrefato
Grão (e)	Trigo	Painço glutinoso (f)	Painço não glutinoso (g)	Arroz (h)	Ervilha
Legume	Cebolinha - alho (jiŭ cài 韭菜)	Cebolinha chinesa (xiè bái 薤白)	Malva (kuí cài 葵菜)	Cebola/cebolinha (cōng 葱)	Favas de feijão (huò 藿)
Fruta	Ameixa	Damasco	Jujuba	Pêssego	Castanha

Comentários:

(a) A estação associada à terra é ou o "verão indiano" cháng xià (长夏), que é o final do verão ou então uma fase intermediária entre cada estação. Nós já explicamos esta nuance anteriormente.

(b) Se o termo qīng 青 (verde ou azul dependendo do contexto) é empregado no quarto capítulo do Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn, nos capítulos 5 e 70 é o termo cāng 苍 que significa azul-esverdeado (ou verde-azulado)

(c) Alguns textos falam mais de um azul escuro, quase negro.

(d) Xīng 腥: odor de carne crua, de peixe cru, odor de sangue

(e) Trata-se da classificação do capítulo 4 do Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn. Deve-se notar que quatro outros capítulos propõe outras classificações diferentes onde, por exemplo, o gergelim é associado à madeira, o trigo ao fogo, a soja à água, o arroz à terra, etc, havendo, portanto, uma grande incoerência em relação aos grãos. Eu falo de grãos e não de cereais porque ervilhas, soja e gergelim não são cereais.

(f) Trata-se de shŭ mĭ (黍米), painço (Panici Miliacei) de cor avermelhada segundo o Nèi Jīng (Clássico interno), cujo caule é esponjoso e o grão glutinoso. Alguns ocidentais atribuem o milho ao movimento fogo ! É ridículo, o milho vem da América. Não é um cereal tradicional. Ele só foi importado à China recentemente e seu consumo permanece secundário em relação ao trigo e ao arroz.

(g) Trata-se do jì huáng (稷黄) uma outra variedade do painço comum de cor mais amarelada segundo o Nèi Jīng (Clássico interno) cujo caule não é esponjoso e o grão não glutinoso contrariamente ao shŭ mĭ.

(h) O Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn no capítulo jīn guì zhēn yán lùn 金匮真言论 (Verdadeiras palavras do cofre de ouro) evoca, para ser mais exato, dào (稻), arroz tipo paddy que é um arroz não descascado.

OS CINCO MOVIMENTOS E SUAS CORRESPONDÊNCIAS SIMBÓLICAS:

	MADEIRA 木	FOGO 火	TERRA 土	METAL 金	ÁGUA 水
Animal mítico	Dragão (a)	Pássaro vermelho (b)	Fênix (c)	Tigre (d)	Tartaruga enlaçada por uma serpente (e)
Animal doméstico(f)	Frango	Carneiro	Boi	Cavalo	Porco
Consistência	Caroço duro (hé 核)	Fibroso (luò 络)	Carnudo (ròu 肉)	Concha (g) (ké 壳)	Encharcado (rú 濡)
Número	8	7	10	9	6
Ordem cosmológica	3	2	5	4	1
Troncos celestes	jiă (甲) yĭ (乙)	bĭng (丙) dīng (丁)	wù (戊) jĭ (己)	gēng (庚) xīn (辛)	rén (壬) guĭ (癸)
Ramos Terrestres	yín (寅) măo (卯)	sì (巳) wŭ (午)	chŏu (丑) chén (辰) wèi (未) xū (戌)	shēn (申) yŏu (酉)	zĭ (子) hài (亥)
Trigramas	zhèn (震) ☳ xùn (巽) ☴	lí (离) ☲	kūn (坤) ☷ gèn (艮) ☶	qián (乾) ☰ duī (兑) ☱	kăn (坎) ☵

Comentários:

(a) às vezes se fala em dragão azul/verde.

(b) A tradição não especifica exatamente de qual pássaro vermelho se trata. Por outro lado, não é a fênix como, às vezes, podemos encontrar.

(c) Segundo os textos de referência o baço não está associado a nenhum animal mítico ou mesmo à fênix. Esta relação aparece mais tardia que as demais na tradição chinesa. Diz-se que porque a fênix possui uma plumagem de cinco cores, isto simboliza a síntese do centro, da terra. Mais raramente, é um unicórnio amarelo ou até uma cobra que eram associados ao baço/terra.

(d) Às vezes, se fala em tigre branco.

(e) Alguns textos atribuem ao norte e aos rins, não a tartaruga enlaçada pela serpente mas o cervo negro que pode ter duas cabeças.

(f) O Nèi Jīng (Clássico interno) não é coerente quanto à relação entre os animais e os cinco movimentos. Às vezes o cavalo é associado ao fogo, às vezes ao metal. Às vezes, o frango é associado à madeira, às vezes ao metal. Às vezes a madeira é associada ao frango, às vezes, ao cachorro...

(g) Ké (壳) significa casco, concha, carapaça, casca. Trata-se da casca de uma fruta ou de um grão relativamente duro e que protege alguma coisa de mais mole, mais frágil no interior. É, portanto, a sensação de alguma coisa crocante entre os dentes ou que se racha e que se deixa descobrir o interior mais mole, mais frágil.

OS CINCO MOVIMENTOS NO HOMEM:

	MADEIRA 木	FOGO 火	TERRA 土	METAL 金	ÁGUA 水
Órgão zàng	Fígado	Coração	Baço	Pulmão	Rins
Víscera fŭ	Vesícula Biliar	Intestino delgado	Estômago	Intestino grosso	Bexiga
Orifícios	Olho	Orelha (a) (ou língua)	Boca	Nariz	Os 2 orifícios inferiores (b) (ou orelha)
Sentidos	Visão	Fala	Paladar	Olfato	Audição
Forma corporal	Tendões	Vasos	Carnes	Pele/pelos	Ossos
Ornamento	Unhas	Face	Lábios	Pelos	Cabelos
Dedos	Indicador	Médio	Polegar	Anelar	Mínimo
Território	Região torácica lateral (c)	Ápice do coração	Abdome	Tórax	Lombar
Líquido	Lágrima	Suor	Saliva fina xián (涎)	Muco nasal	Saliva grossa tuò (唾)
Emoção	Raiva	Alegria	Preocupação	Tristeza Melancolia (d)	Medo
Barulho	Grito	Riso	Canto	Soluço	Gemido
Alteração	Contratura	Inquietude	Eructação	Tosse	Tremor
Espírito	hún (魂)	shén (神)	yì (意)	pò (魄)	zhì (志)
Virtude (e)	rén 仁 (f) Benevolência	lǐ 礼 (g) Polidez	xìn 信 (h) Sinceridade	yì 义 (i) Justiça	zhì 智 (j) Sabedoria
Doença	Medo	Os cinco órgãos zàng	Raiz da língua	Costas	doença dos vales (k)
Localização das doenças	Tendões	Vasos	Carnes (músculos)	Pele/pelos	Ossos

Comentários:

(a) Normalmente associamos as orelhas aos rins e a língua ao coração como faz o Nèi Jīng (Clássico interno) no capítulo 5. Devemos ver aqui uma contradição ou um erro ? Não. Esta correspondência é apresentada no capítulo 4 do Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn. Se as orelhas dependem dos rins, a compreensão do que se ouve depende do coração.

(b) Os orifícios dos rins estão no alto, as orelhas e no baixo o trato urinário e o ânus.

(c) O termo xié (胁) designa a região torácica lateral. O que nós traduzimos erradamente por "hipocôndrio" corresponde em medicina chinesa ao aspecto lateral da caixa torácica, da parte inferior da axila até abaixo da última costela.

(d) O pulmão é associado explicitamente a duas emoções no Nèi Jīng (Clássico interno) : além da tristeza, também a melancolia (yōu 忧). Esta última é, na verdade, frequentemente mais citada para o pulmão que a tristeza.
(e) As cinco virtudes confucionistas, rén (仁), yì (义), lǐ (礼), zhì (智), xìn (信) caracterizam o jūn zǐ (君子), o homem nobre (sobre o plano da atitude e do espírito). O médico deve ser um homem nobre. Estas virtudes correspondem às "propriedades" de Paracelso. "A benevolência (rén 仁) pertence à madeira, ao fígado. A justiça (yì 义) pertence ao metal, ao pulmão. A polidez (lǐ 礼) pertence ao fogo, ao coração. A sabedoria (zhì 智) pertence à água, aos rins. A sinceridade (xìn 信) pertence à terra, ao baço", (Tiān Kǒu Piān – Manuscrito das palavras celestiais). "Se o qì do fígado está pleno então (há) a benevolência (rén 仁). Se o qì do pulmão está pleno então (há) justiça (yì 义). Se o qì do coração está pleno então (há) a polidez (lǐ 礼). Se o qì dos rins estão plenos então (há) a sabedoria (zhì 智). Se o qì do baço está pleno então (há) a sinceridade (xìn)", (Zǐ Qīng Zhī Xuán Jí – Coleção do [mestre] da claridade púrpura apontando para a origem misteriosa).
(f) Rén (仁) significa também altruísmo, a disposição desinteressada e benevolência do homem nobre com o próximo como reflete a virtude do céu para com a humanidade.
(g) Lǐ (礼) significa também o estado de civilidade, de polidez, do saber-viver daquele que respeita e segue os ritos que permitem a harmonia entre os homens e o céu. Eu não posso deixar de citar uma frase de Song Jiang, o bandido das ervas, animado pelas cinco virtudes confucionistas: " (...) Desde a Antiguidade, é um fato constante que os príncipes sem fé terminam por perder seus reinos, e os homens que ignoram os rituais, terminam por perder a vida ; do mesmo modo as riquezas mal adquiridas escapam definitivamente dos ladrões sem escrúpulos, e a vitória, escapa aos generais sem bravura. Esta é uma lei natural que não surpreende ninguém. (...) Tenha sinceridade em suas empreitadas e não deixe de lado os rituais!" À beira d´água, Shi Nai An, tradução de Jacques Dars, Edições Gallimard.
(h) Xìn (信) significa também a boa fé, a fidelidade da palavra dada, sinceridade das promessas, a virtude daquele que é digno de fé.
(i) Yì (义) significa a retidão interior que impulsiona o indivíduo a fazer o que é certo de acordo com um ideal de justiça. É a capacidade de se dedicar à defesa daquilo que é justo segundo as leis do céu. É esta força que animaria e melhor caracterizaria Song Jiang e seus 107 bandoleiros nos brejos de Liangshan no famoso romance "À beira d´água" de Shi Nai An. (Tradução de Jacques Dars, Edições Gallimard).
(j) Zhì (智) é a sabedoria daquele que possui o saber e a inteligência para poder utilizá-la.
(k) Zhāng Zhì Cōng (século XVII), grande comentarista do Nèi Jīng (Clássico interno), explica que estes pequenos vales são pequenos intervalos, as "fendas" que se encontram nas articulações, entre os tendões e os ossos. Trata-se de uma referência a problemas ósteo-articulares. "[Quando] a verdadeira origem no corpo humano se encontra nos rins então o frio se transforma : seu qì é armazenado, no coração o calor se transforma, seu qì flutua, no fígado o morno se transforma : seu qì sobe, no pulmão o fresco se transforma : seu qì descende, no baço as transformações são vigorosas e harmoniosas : seu qì é perfeito", (Běn Cǎo Shù Gōu Xuán – Matéria médica conforme pesquisa obscura).

V - Os princípios de interação fisiológica : a geração (shēng 生) e o controle (kè 克)

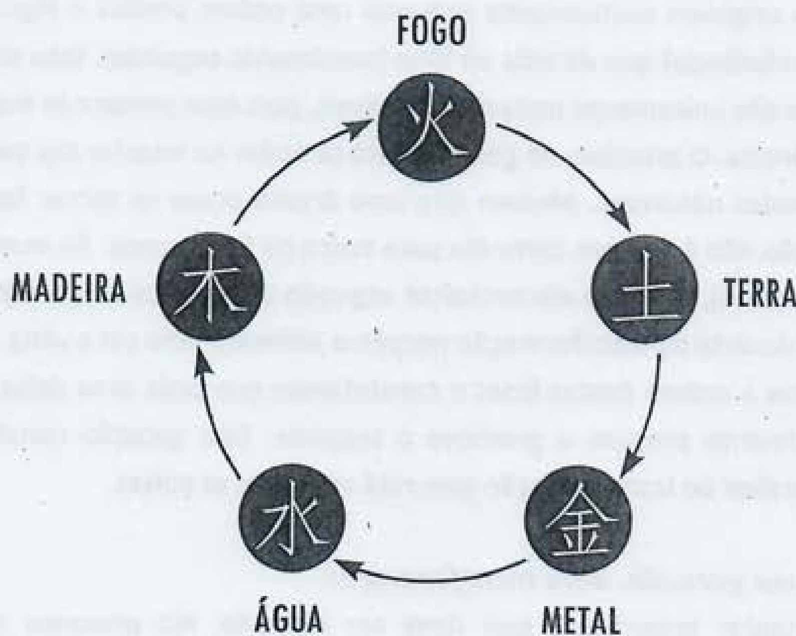
A teoria dos cinco movimentos não se contenta em precisar as variações do qì na unidade espaço/tempo no interior do tài jí (太极). É um sistema que permite estudar as relações dos fenômenos entre eles. Isto produz dois princípios naturais e "fisiológicos" que parecem inerentes à toda criação : a geração e o controle. Zhāng Jiè Bīn em Lèi Jīng Tú Yì (Complemento ilustrado do clássico classificado) confirma: "Nos mecanismos de criação e de transformação, não pode haver ausência de geração, nem de controle. Sem geração, o crescimento (*desenvolvimento*) não pode acontecer, sem controle é o excesso que será prejudicial"

1 - O princípio de geração : shēng 生

Autogeração

Na teoria dos cinco movimentos, as modalidades aparecem numa sucessão precisa e cíclica segundo o princípio de geração. Ou seja, os cinco movimentos adquirem vida segundo uma ordem bem determinada e de maneira ininterrupta.

Este princípio de geração, de criação, de vida, de nascimento, e tanto termos que se relacionam ao caractere shēng (生), exprime diretamente a ideia de colocar no mundo, de gerar. Outra expressão usual que se utiliza para este preceito é "mãe e filho", (mŭ zĭ 母子). Esta descreve um processo de transformação. A tradição popular afirma : " a água dá vida à madeira, lhe dando a seiva ; a madeira dá vida ao fogo, alimentando-o : o fogo dá vida à terra, graças às suas cinzas ; a terra dá vida ao metal, ao gerá-lo em seu interior, o metal dá vida à água, pois ele se liquifica[21]". Estas metáforas apresentam uma certa coerência, embora algumas sejam mais fáceis de se compreender que outras.



Princípio de geração 生 *- Mãe gera o filho*

Como o metal gera a água ?

Que a água nutra o vegetal e gere a madeira parece evidente para todo mundo. Que a madeira ao queimar seja o combustível do fogo também faz sentido. Que o resultado desta queima seja a produção de cinza que enriquece a terra também parece lógico. Que os minerais e os metais são retirados da terra é indiscutível. Que o metal gere a água parece menos evidente ! Várias interpretações são utilizadas para tentar explicar esta geração. Aquelas habitualmente desenvolvidas nos textos ocidentais são muitas vezes malfeitas, sem fundamento tradicional. É preciso pesquisar em outros lugares, na observação da natureza.

21 A partir daí, o ciclo recomeça, nunca é interrompido.

No interior da terra se encontra o metal que é rocha. A rocha é também aquilo que forma as montanhas. Todas as nascentes de grandes rios chineses vem de montanhas que são constituídas por rochas, que são simbolicamente o metal. Quando se cava um poço, a água jorra da pedra que é o coração da terra. Em outras palavras, na natureza as duas maiores fontes de água são as montanhas e os lençóis freáticos. As montanhas são as rochas do movimento metal que saíram da mãe terra. Elas liberam água e geram os rios. Para cavar um poço, deve-se cavar abaixo do solo na rocha de onde emana a infiltração de água. Nos dois casos, é o metal (montanha, rocha) que gera a água.

Além disso, se observarmos o ciclo de água, os relevos montanhosos favorecem a condensação as nuvens produzindo as chuvas. Com esta imagem, não é mais o coração das montanhas que oferece a água, mas a própria montanha que traz a chuva. Essas analogias são baseadas na análise da natureza. Muitos fatos na cultura e pensamento chinês vêm da simples observação do mundo que os cerca.

Um processo natural em todas as coisas

Os cinco movimentos se originam mutuamente segundo uma ordem precisa e lógica, segundo a regra da mãe (movimento de referência) que dá vida ao filho (movimento seguinte). Esta alegoria não significa que os cinco movimentos são unicamente materiais palpáveis, pois nem sempre se tratam de substâncias que geram outras substâncias. O princípio de geração está também no interior das coisas e não somente entre as coisas de diferentes naturezas. Mesmo que uma árvore possa se tornar fogo e depois carvão (terra), esta transformação não é sempre concreta para todos os fenômenos. Às vezes a evolução se faz no interior do fenômeno em si, como se ele evoluísse segundo cinco fases de configuração. Trata-se de cinco fases de formação do ciclo de transformação perpétua animado pelo yīn e yáng. Com o princípio de geração nós especificamos a ordem destas fases e constatamos que cada uma delas produz a seguinte. Cada estágio de florescimento prepara e promove o seguinte. Esta geração constitui a evolução do processo natural e irreversível de transformação que está em todas as coisas.

Shēng 生 : mais que uma geração, uma transformação

Existe um dado suplementar importante que deve ser mantido. No processo de nascimento, há também uma transformação. Durante o mecanismo de geração, quando a madeira gera o fogo, ela torna-se fogo. Isto significa que no movimento fogo há uma certa quantidade de energia de madeira. Sem a energia madeira, o fogo não é o fogo. Para ser fogo, o fogo precisa integrar a energia madeira. Essa ideia fundamental continua a ser desenvolvida mais adiante na parte "Princípios de geração e controle: o cruzamento de caminhos".

Significado sutil das sucessões

Antes de desenvolver o significado das sucessões, vamos definir o problema do movimento iniciador do ciclo. O Hóng Fàn (Grande plano) e alguns textos filosóficos fundamentais, como o Guǎn Zǐ e mesmo alguns textos médicos começam os cinco movimentos pela água enquanto que Dǒng Zhòng Shū e o Nèi Jīng (Clássico interno) começam pela madeira. Por que esta contradição?

A água é considerada por numerosos estudiosos, como Guăn Zĭ, como a origem da vida : "O que é a água? É a origem e o fundamento dos dez mil seres". Aqui a visão é cosmológica. Por isso a água é citada em primeiro lugar. Segundo o famoso sinólogo chinês Féng Yŏu Lán 冯友兰, foi Dŏng Zhòng Shū na dinastia Han, que iniciou o ciclo de geração pela madeira. Ele foi seguido pela maioria dos autores de textos médicos : "a madeira começa os cinco movimentos, a água termina os cinco movimentos, a terra é o centro dos cinco movimentos..." (Chūn Qiū Fán Lù – Profusão de orvalho nas Primaveras e Outonos).

Aqui, vemos a madeira iniciando o ciclo, como a aurora no início do dia ou a primavera no início do ciclo das estações. Portanto, os dois pontos de vista estão corretos, mas evocam coisas diferentes. Deve-se observar que todos os grandes mestres da tradição médica chinesa não iniciam o ciclo pela madeira, desde que Zhāng Jiè Bīn, no Lèi Jīng (Clássico das classificações) retoma o ponto de vista cosmológico para dizer: "O céu/Um (tiān yī 天一[22]) gera a água, a água gera a madeira, a madeira gera o fogo, o fogo gera a terra, a terra gera o metal, o metal gera a água".

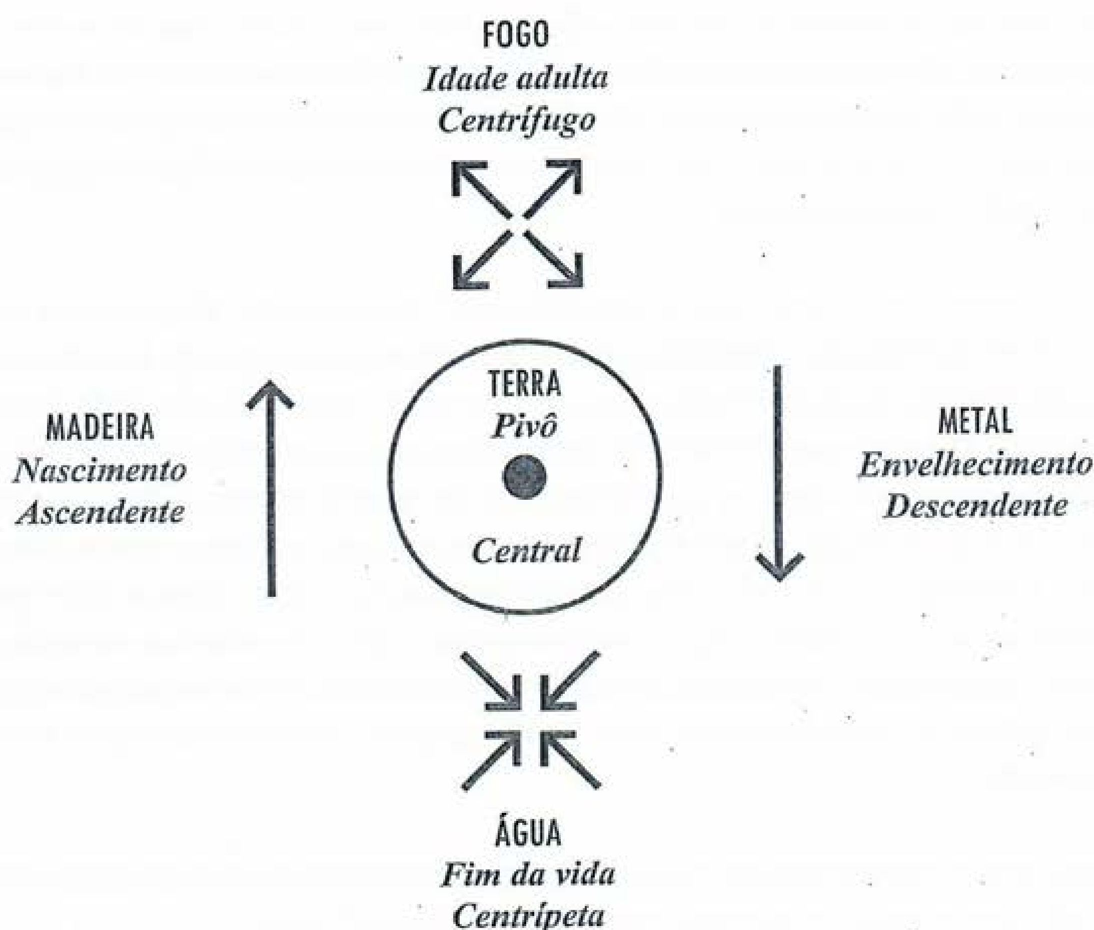
Lĭ Zhōng Zĭ fez o mesmo em Yī Zōng Bì Dú (leituras médicas indispensáveis): "A água gera a madeira e em seguida o fígado é produzido, a madeira gera o fogo e em seguida o coração é produzido, o fogo gera a terra e em seguida o baço é produzido, a terra gera o metal e em seguida o pulmão é produzido". Sūn Yī Kuí, por sua vez explicou, em Yī Zhĭ Xù Yú (Introdução sobre as intenções da medicina) a ordem cosmológica dos cinco movimentos com a ajuda da teoria dos troncos celestes e dos ramos terrestres (ver anexo no final do capítulo). Nos textos taoístas, encontramos a mesma escolha, baseada na simbologia dos números da cosmologia : "A primeira transmutação produz a água e assim nascem os rins, a segunda transmutação produz o fogo e assim nasce o coração, a terceira transmutação produz a madeira e assim nasce o fígado, a quarta transmutação produz o metal e assim nasce o pulmão, a quinta transmutação produz a terra e assim nasce o baço". (Sān Tóng Zhí Zhĭ – Instruções francas do testemunho [do acordo] dos três)

Tudo isto significa que o fato de começar o ciclo de geração pela madeira é só uma questão de escolha. Na demonstração que se segue, eu começo o processo de geração pela água.

O yīn no diagrama do tài jí (太极) está no norte, embaixo, à meia-noite. É o yīn dentro do yīn. O yīn dentro do yīn é associado à água, origem da vida na terra, que dá origem à madeira. Esta última representa o nascimento do yáng dentro do yīn. A madeira é um movimento ascendente, vigoroso, que, na natureza, empurra tudo para cima, os brotos, o nascimento dos filhotes de pássaros. É o nascimento. Em seguida, este movimento dá lugar à irradiação, da expansão do fogo. E o yáng dentro do yáng onde os fenômenos estão em seu desenvolvimento máximo. Como nos ensina o tài jí (太极), quando o

22 A expressão céu/Um (tiān yī 天一) faz alusão à cosmogonia taoísta. O universo é gerado pela interação do céu (yáng) e da terra (yīn). O céu e a terra geram alternativamente substratos que dão origem aos dez mil seres. De início, o céu gera a água, depois a terra o fogo, em seguida o céu gera a madeira, de pois a terra o metal. Na simbologia chinesa dos números, esta ordem cosmológica da criação do mundo é descrita da seguinte maneira: "o céu/Um gera a água, a terra/Dois gera o fogo, o céu/Três gera a madeira, a terra/Quatro gera o metal, o céu/Cinco gera a terra".

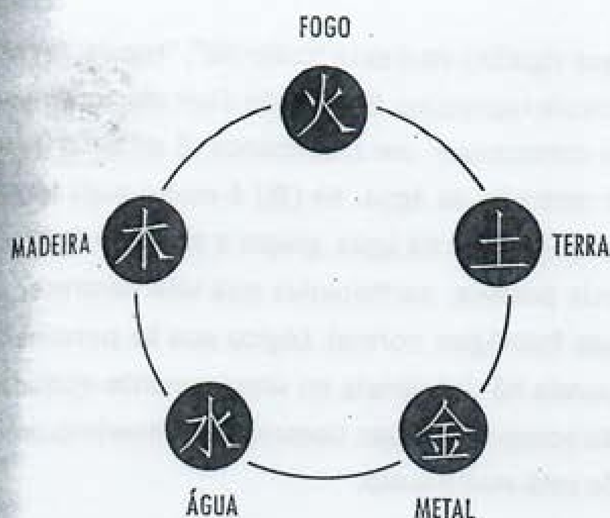
apogeu é atingido, a transformação é iminente : a fase descendente, declinante do yáng é a do metal. E o momento das colheitas, dos balanços, do declínio das forças yáng. Está associada ao envelhecimento. E isto resulta no período onde o yáng está esgotado ao máximo, onde o yīn está no seu extremo, é a fase da água. É um movimento de retorno a si mesmo, um dinamismo centrípeto. Poderíamos associar à velhice, ao fim da vida, à morte. Mas atenção, no ciclo universal das transformações, não se trata de uma morte definitiva, passiva[23]. Ao contrário, trata-se de uma época de concentração, restauração, armazenamento, repouso a partir do qual a vida recomeçará mais bela.

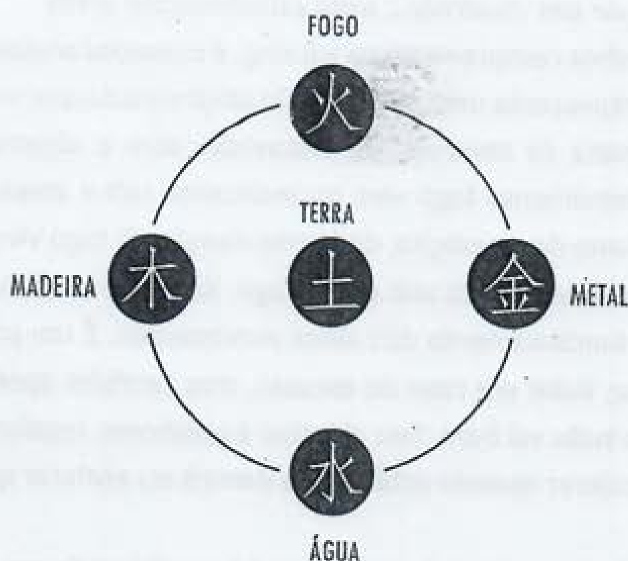


Nos diagramas, representando os cinco movimentos, onde se posiciona a terra ?

Existem duas maneiras de posicionar o movimento terra nos diagramas. Quando se quer destacar que ele é bem integrado ao processo de geração, entre fogo e metal, nós o representamos na periferia do círculo que representa o ciclo de produção shēng 生. Quando desejamos enfatizar que a terra é a matriz que acolhe o conjunto dos outros movimentos, o pivô em torno do qual as quatro outras fases se articulam, nós a colocamos no centro do círculo. Os quatro outros se encontram então nos quatro eixos cardinais. Qualquer que seja a representação, é sempre o fogo que gera a terra e é a terra que gera o metal.

23 A noção de encarnações sucessivas das almas é um conceito que vem da Índia antiga e que foi veiculada na China através do budismo. O taoísmo e o confucionismo não parecem fazer alusão diretamente à esta noção, pelo menos antes da introdução do budismo na China. Por outro lado, segundo a teoria dos cinco movimentos e dos três tesouros, podemos constatar que é uma questão de um renascimento cíclico gerado pela valsa incessante das transformações do yīn yáng através dos cinco movimentos.



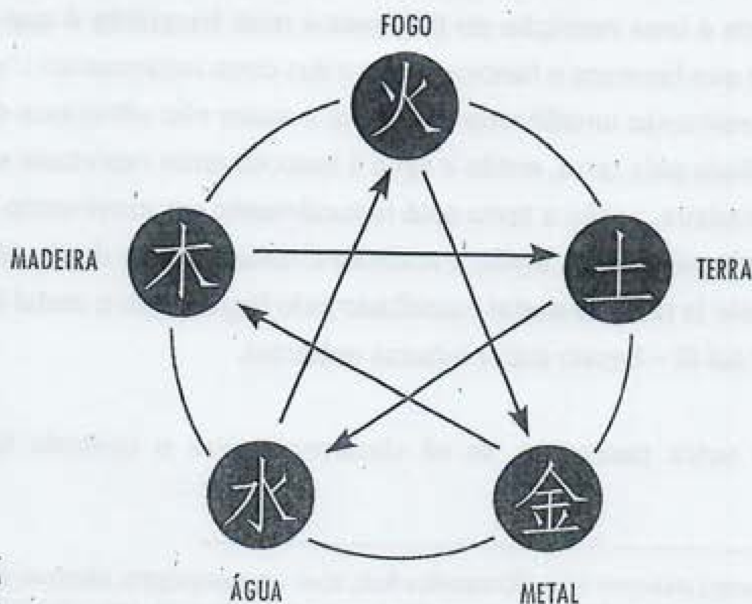


2 - O princípio do controle: kè 克

Uma regulação natural

Se tudo que é vivo na natureza parece nascer, se desenvolver, amadurecer, graças à geração shēng 生, um outro princípio governa as relações entre as coisas. O controle Kè (克) significa literalmente controlar, vencer, dominar, domar. É necessário esclarecer o significado exato do termo kè dentro do contexto médico chinês. Se podemos dizer que o princípio shēng (生) é o acelerador que anima a vida, kè é o regulador. A regulação é tão necessária quanto o acelerador. Ela permite manter o equilíbrio harmonioso sem o qual as manifestações seriam anárquicas, fora dos processos naturais e gerariam desarmonia e calamidades. As cinco modalidades se autocontrolam, se auto-equilibram segundo a lei do controlador (movimento que antecede a mãe) que age sobre o controlado (movimento que sucede a mãe). É um princípio de regulação e não de restrição.

Água controla o fogo.
Fogo controla o metal.
Metal controla a madeira.
Madeira controla a terra.
Terra controla água.



Princípio do controle kè 克
O controlador controla o controlado

Mais que um controle : uma colaboração ativa

Para melhor compreender os wǔ xíng, é essencial analisar o que significa aqui esse "controle", "regulação". Kè (克) representa uma participação ativa mais do que um controle repressivo. Kè (克) não é um mecanismo antagonista de controle, de escravidão com o objetivo de constranger um movimento. É difícil dizer que o movimento fogo vive normalmente sob a ameaça, a restrição da água. Kè (克) é muito mais um mecanismo de regulação, de harmonização. O fogo vive sob a influência da água, graças a ajuda da água, mas certamente não sob o seu jugo. Kè (克) é uma influência positiva, participativa que visa favorecer o bom funcionamento dos cinco movimentos. É um processo fisiológico normal. Lógico que kè permite moderar, inibir em caso de excesso, mas também apoiar quando há deficiência ou simplesmente ajudar quando tudo vai bem. Seu objetivo é colaborar, regular e não somente refrear. Controlar um movimento é desacelerar quando está rápido demais ou acelerar quando está muito lento.

O Yī Biǎn (Caminhada [para acessar] à medicina) Ilustra de maneira clara a noção de controle ao nível dos cinco órgãos zàng : "A madeira dispersa a terra[24], assim a estagnação [do qì] do baço é mobilizada. O metal recebe [a ajuda do] fogo, assim o frio do pulmão pode ser dissipado. Os rins recebem [a ajuda de] o fortalecimento e o transporte do baço, assim a água não transborda. O fígado recebe [a ajuda de] a retenção e a contenção do metal, assim a madeira não sofre de dispersão. As pessoas sabem que a geração (shēng 生) é gerar (produzir), mas não sabem que o controle (kè 克) é [igualmente] gerar". Entendemos aqui que o princípio de controle serve claramente para resgatar o controle graças à ação do controlador em caso de patologia do tipo plenitude. Nós estamos longe da imagem de restrição do controlador sobre o controlado, sistematicamente proposto no Ocidente.

Em termos muitos similares Zhōu Xué Hǎi em Dú Yī Suí Bǐ (Ensaio sobre leituras médicas) no capítulo "sustentação/controle e geração/produção" explica que o controle deve ser mais compreendido como uma sustentação do que uma restrição. Ele utiliza sempre a expressão chéng zhì (承制). O primeiro termo significa sustentar, apoiar, assumir e o segundo controlar. Zhōu Xué Hǎi diz que em algumas situações, o controle é uma restrição zhì (制), mas o mais frequente é que ele seja uma sustentação chéng (承), um auxílio que favorece o funcionamento dos cinco movimentos : "o fogo é auxiliado pela água, ou seja o fogo é naturalmente umidificado pela água e assim não ultrapassa os limites (não se torna excessivo). A água é auxiliada pela terra, então a água é naturalmente represada e assim não transborda. A terra é auxiliada pela madeira, então a terra está naturalmente em movimento e não em pressão excessiva. A madeira é auxiliada pelo metal, então a madeira é naturalmente diminuída (isto é, moderada) e não ataca horizontalmente (a terra) O metal é auxiliado pelo fogo, então o metal é naturalmente equilibrado e controlável". (Dú Yī Suí Bǐ – Ensaio sobre leituras médicas).

Nesta outra passagem, se vê claramente que o controle favorece a geração. Ele restaura o bom

24 O termo dispersar (shū 疏) significa fluir, abrir uma passagem, eliminar, dispersar, dragagem de um curso de água. A idéia é limpar um curso de água afim que o fluxo escoe normalmente, sem obstáculo. Neste contexto, o fígado libera a estagnação do qì do baço para lhe permitir um melhor funcionamento.

funcionamento dos movimentos para induzir a geração : "A madeira recebe o controle do metal, assim ela não ultrapassa horizontalmente e sua força se concentra sobre o fogo. O fogo recebe o controle da água, assim ele não é dispersado e acumula o jīng na terra. (...) A madeira que está hiperativa não pode produzir o fogo, mas sim a umidade, se ela recebe o controle do metal, então a madeira é ressecada e o fogo é produzido. O fogo que está hiperativo não produz a terra, mas a secura, se ele recebe o controle da água, então o fogo é umidificado e a terra é produzida", (Dú Yī Suí Bǐ – Ensaio sobre leituras médicas).

Mais que um controle : uma transmissão do qì

O movimento que controla passa um pouco de seu qì ao movimento controlado. Há uma doação, uma transferência de qì do controlador para o controlado. Assim, a natureza do controlado se compõe também de uma parcela de energia de seu controlador. Por exemplo, o movimento fogo é controlado pelo movimento água. Durante este controle, a água transmite uma parte de seu qì ao fogo e o qì da água age no fogo. Portanto, no fogo há também o qì da água. O fogo para ser fogo deve conter o qì da água, sem o qì da agua, o fogo não é o fogo. Kè (克) é uma transmissão do qì do movimento doador (controlador) que favorece a harmonia do movimento receptor (controlado). Este também é kè (克). Tomemos outro exemplo para esclarecer esta ideia. O movimento da terra se faz em parte graças à ação do qì da madeira que está nele. No organismo, o qì do fígado/madeira ajuda aquele do baço/terra a subir, e também o qì da vesícula biliar/madeira ajuda aquele do estômago/terra a descer. Os dois qì da madeira ajudam, portanto, a terra em sua subida/descida. Nós vemos ainda que o kè é mais do que uma ação restritiva, é uma ação de colaboração.

O controle kè 克 também é uma restrição, uma moderação

Tudo o que acabamos de mostrar a respeito do princípio kè (克) não significa que ele nunca corresponda a um controle restritivo. Isto pode e deve acontecer, pois é uma necessidade natural. O Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn no capítulo 25, demonstra bem : "O metal corta a madeira, o fogo é apagado pela água, a madeira se desenvolve (*ou cresce*) sobre a terra , o fogo deteriora[25] o metal, a terra interrompe[26] a água".

O metal ao cortar a madeira controla o excesso de crescimento desta que, do contrário, recobriria exageradamente a terra. E, neste caso, a terra se esgotaria. A água ao apagar o fogo limita sua ascensão e a queima excessiva deste, que poderia deteriorar exageradamente o metal. E neste caso o metal danificado perderia suas qualidades cortantes e descendentes. A madeira ao inibir a terra evita que esta seja alagada pela água[27]. O fogo ao deteriorar o metal atenua suas virtudes cortantes que agiriam exageradamente na madeira. Neste caso a madeira desapareceria. A terra ao absorver a água evita o

---

25 No Nèi Jīng (Clássico interno), em lugar nenhum, é dito que o fogo "funde" o metal. O termo empregado é "quē 缺" que significa deteriorar, degradar, danificar, quebrar.

26 No Nèi Jīng (Clássico interno), em lugar nenhum, é dito que a terra "represa" a água. O termo empregado é "jué 绝" que significa afastar, separar, interromper, cessar, romper, cortar. A idéia é que a terra para a subida das águas.

27 Novamente, podemos constatar a particularidade da terra que parece um movimento à parte no sistema. É o único movimento, nesta passagem do Nèi Jīng (Clássico interno), que beneficia do controle não para evitar que ele não agrida o movimento que ele controla naturalmente, mas para que ele mesmo não seja lesado. Parece que nunca há muita água.

transbordamento desta que, do contrário destruiria o fogo. Nós constatamos que os diferentes controles se completam e se compensam a fim de estabelecer um equilíbrio onde cada elemento pode participar do desenvolvimento do ciclo sem romper a harmonia. A expressão "os dez mil seres não podem continuar a vencer eternamente" deve ser compreendida no sentido de que cada criação não pode se desenvolver infinitamente. Cada uma possui um freio natural que evita um excesso perturbador do interesse e da estabilidade geral. É o que nos diz Lín Pèi Qín : " O pulmão e os rins são órgãos mãe e filho. A água é capaz de controlar o fogo e assim o fogo violento não pode destruir o metal", (Lèi Zhèng Zhì Cái – Discernimento terapêutico pela classificação das síndromes). Estamos num pensamento taoísta que considera que cada coisa no universo possui um lugar e um papel bem determinados e que, quando eles estão bem estabelecidos, levam à uma concordância, uma paz, uma ordem desde o céu até a terra.

Nada de avó, nem de netos!

Quando se fala no princípio de geração, é dito claramente que o movimento que gera é a mãe (mŭ 母) e aquele gerado é o filho (zĭ 子). Alguns autores e professores franceses concluíram a partir daí que o movimento que controla é a avó e aquele que é controlado é o neto. Acontece que estas expressões não existem na tradição chinesa. Fala-se eventualmente de esposo fū (夫) para o que controla e de esposa qī (妻) para o que é controlado. "Aquele que gera é a mãe, aquele que é gerado é o filho (...). Aquele que controla, é o esposo, aquele que é controlado é a esposa", (Zhōng Lǚ Chuán Dào Jí – Coletânea da transmissão do Dào de Zhōng [Lí Quán] para Lǚ [Dòng Bīn]). Por estas últimas expressões serem um pouco machistas, eu prefiro falar de controlador e controlado. Também utilizamos as seguintes expressões:

A mãe que gera = wŏ shēng 我生: aquele que eu gero
O filho que se faz gerar = shēng wŏ 生我: aquele que me gera
O esposo que controla = wŏ kè 我克: aquele que eu controlo
A esposa que se faz controlar = kè wŏ 克我: aquele que me controla

3 - Princípios de geração e de controle: o cruzamento de caminhos

Nós havíamos citado anteriormente o caractere xíng (行) que integra a ideia de cruzamento. Os princípios de geração e de controle nos demonstram isso claramente. Segundo estas duas leis cada movimento é um lugar de troca, de comunicação, de cruzamento de qì. Simultaneamente uma modalidade é :

1 - A mãe que gera (wŏ shēng 我生: aquele que eu gero)
2 - O filho que se faz gerar (shēng wŏ 生我: aquele que me gera)
3 - O controlador que controla (wŏ kè 我克: aquele que eu controlo)
4 - O controlado que se faz controlar (kè wŏ 克我: aquele que me controla)

Quatro processos se interpenetram, se cruzam a cada fase colocando em relação o conjunto dos cinco movimentos para induzir o ciclo incessante das transformações do yīn yáng. Cada movimento é também uma base privilegiada de trocas com os outros movimentos e o conjunto do sistema:

A água gera a madeira
A água é gerada pelo metal.
A água controla o fogo.
A água é controlada pela terra.

A madeira gera o fogo.
A madeira é gerada pela água.
A madeira controla a terra.
A madeira é controlada pelo metal.

O fogo gera a terra.
O fogo é gerado pela madeira.
O fogo controla o metal.
O fogo é controlado pela água.
A terra gera o metal.
A terra é gerada pelo fogo.
A terra controla a água.
A terra é controlada pela madeira.

O metal gera a água.
O metal é gerado pela terra.
O metal controla a madeira.
O metal é controlado pelo fogo.

É importante ter consciência que estes vinte mecanismos de produção e autorregulação são simultâneos[28]. O sistema das cinco modalidades implica uma profusão ordenada e simultânea de movimentos que estão na origem da vida e que subentendem todas as manifestações. Da mesma maneira que yīn e yáng são duas facetas de uma mesma realidade, os cinco movimentos são indissociáveis e incompreensíveis separadamente. Podemos dizer que se trata de um fenômeno único com cinco facetas.



Enquanto a visão materialista e mecanicista do universo nos dá a impressão que as coisas são separadas umas das outras, a teoria do yīn yáng, refinada por aquela dos cinco movimentos, nos demonstra que cada fenômeno é ligado a todos os outros por relações precisas a fim de formar um grande conjunto que geralmente chamamos de universo. Os cinco movimentos, sublinhando a individualidade de cada

Caractere xing (movimento)
No antigo estilo das gravuras em bronze (jīn wén 金文).
Vemos claramente que este ideograma evoca um cruzamento ...

28. Devemos ter em mente que se trata do qì, da natureza intrínseca de cada movimento, que interage com os outros.

manifestação, substitui cada uma delas de forma dinâmica na unidade do yīn yáng, sob a diretiva de múltiplas interações as quais ela participa ativamente. As leis de oposição/unidade do yīn yáng associadas àquelas de geração/controle dos wǔ xíng estão na origem da criação, do desenvolvimento, das transformações, do declínio e da renovação dos dez mil seres, isto dentro de um equilíbrio dinâmico que se modifica sem cessar.

Shēng 生 é uma transformação, Kè 克 é uma transmissão

Nós podemos agora reunir as duas ideias desenvolvidas nas seções shēng 生 e kè 克 em vista de uma representação mais global, portanto mais real. Durante o processo de geração, há uma transformação: a mãe se transforma em filho, tornando-se filho. Durante o processo de controle, há uma transmissão: o controlador transmite seu qì ao controlado, age no controlado. É por isso que devemos perceber que cada movimento integra seu próprio qì, àquele de sua mãe e àquele de seu controlador. Por exemplo, o movimento fogo inclui simultaneamente o dinamismo do qì do fogo, mas também do qì da madeira (*sua mãe*) e do qì da água (*seu controlador*). Sem o qì da madeira e da água, o fogo não é um fogo normal, equilibrado, fisiologicamente saudável. Além disso, como cada movimento é ao mesmo tempo mãe e controlador e como ele recebe, através das relações shēng ou kè, o qì do movimento que ele gera e daquele que ele controla, podemos dizer que em cada fase estão contidos os cinco movimentos.

Os mecanismos de autorregularão combinando a geração e o controle

As vinte interações que nós descrevemos são de movimentos de qì. Como é demonstrado no capítulo sobre o qì, o movimento é a raiz da transformação, enquanto que a transformação é a raiz da vida. Cada um dos movimentos naturais é, em si, uma causa de desequilíbrio se não for regulado. Por exemplo, o fogo que gera a terra é um destes movimentos naturais. Se o fogo não for moderado, ele criaria terra demais que, por sua vez, "secaria" muito a água ou não aceitaria o controle da madeira, etc. Isto romperia o equilíbrio e provocaria uma desarmonia. Sendo assim, cada movimento é ao mesmo tempo uma força de equilíbrio e de desequilíbrio. É por isso que é preciso ver estas transformações como uma sucessão de ajustes permanentes que visam salvaguardar a harmonia do sistema contra os desequilíbrios gerados pelo próprio sistema ! Em outras palavras, numa situação normal (não patológica), os princípios de geração e de controle se unem para lutar de forma permanente contra os desequilíbrios gerados pelos movimentos do sistema a fim de favorecer um equilíbrio relativo baseado na autorregulação incessante. A busca do equilíbrio é permanente. Este mecanismo é chamado restrição/transformação (zhì huà 制化), pois na transformação há uma restrição e na restrição há uma produção.

Tomemos o exemplo do movimento madeira. A madeira controla a terra, mas a terra gera o metal, que por sua vez controla a madeira. Por este fato, a madeira (em situação normal) não pode estar excessiva. Se o metal não controla a madeira, ocorre uma ruptura de equilíbrio. Isto induz a um excesso de madeira que é uma situação patológica. A madeira é controlada pelo metal, mas a madeira gera o fogo que controla o metal. Nesta situação, a madeira (em situação normal) não pode ser muito enfraquecida pelo metal. Se o fogo não controla suficientemente o metal, ocorre uma ruptura de equilíbrio. Isto provoca uma deficiência de madeira que é uma situação patológica.

Poderíamos dizer que :

1- *Cada* movimento se beneficia simultaneamente de um acelerador e de um freio que são autorreguláveis e interdependentes.

2- *Cada* movimento é simultaneamente um acelerador e um freio. Revemos aqui o conceito de oposição na unidade do yīn/yáng que está na origem do equilíbrio, mas também as noções de interação dos cinco movimentos : aquele que eu gero (wǒ shēng 我生), aquele que me gera (shēng wǒ 生我), aquele que eu controlo (wǒ kè 我克), aquele que me controla (kè wǒ 克我).

VI- Os princípios de interações patológicas: Exploração (chéng 乘) e o insulto (wǔ 侮)

Os dois princípios fundamentais que são a geração e o controle refletem a situação fisiológica que serve de base para a vida. No entanto, podem dar origem a dois mecanismos patológicos que são a fonte de alguns desequilíbrios, eu chamo de exploração e insulto.

Deve-se observar que o termo chéng 乘 significa explorar alguma coisa ou alguém se aproveitando de sua fraqueza, aproveitar-se de, tirar vantagem de... Os termos "conquista", "agressão" utilizados em alguns textos franceses não correspondem a nenhum sentido do caractere chéng 乘. Como explicaremos mais adiante, a expressão "exploração" está, no entanto, longe de ser perfeita porque a ideia subjacente é aquela de um controle (kè 克) desequilibrado. O termo wǔ 侮 significa faltar com respeito, tratar sem consideração, insultar, ultrajar...

1 - O princípio da exploração: Chéng 乘

O princípio da exploração (chéng 乘 ou xiāng chéng 相乘) é similar àquele do controle (kè 克), mas neste caso o controlador controla com excesso de controle. Para compreender a quintessência de chéng, não se pode perder de vista aquele de Kè. É preciso primeiro ver o controle como uma ação positiva, participativa, de colaboração e não somente como uma ação restritiva. Assim, chéng sendo um kè excessivo, corresponde a uma regulação abusiva e não obrigatoriamente à uma inibição excessiva. De um processo normal e fisiológico (kè) passamos a um processo anormal e patológico (chèng). Seja porque o controlador está em excesso (exploração ativa onde o controlador por hiperatividade controla exageradamente o controlado), seja porque o controlado está deficiente (exploração passiva onde o vazio do controlado chama o excesso do controlador como num sistema de vasos comunicantes), seja porque controlador está excessivo e o controlado está deficiente (combinação dos dois mecanismos precedentes).

Segundo os dicionários chineses, chèng significa arrear, montar um cavalo, dirigir, controlar. Podemos deduzir que se trata de uma ação exercida por um cavaleiro sobre seu cavalo por intermédio de rédeas. Segurar bem as rédeas, quer dizer controlar bem os movimentos do cavalo, é uma ação fisiológica de kè.

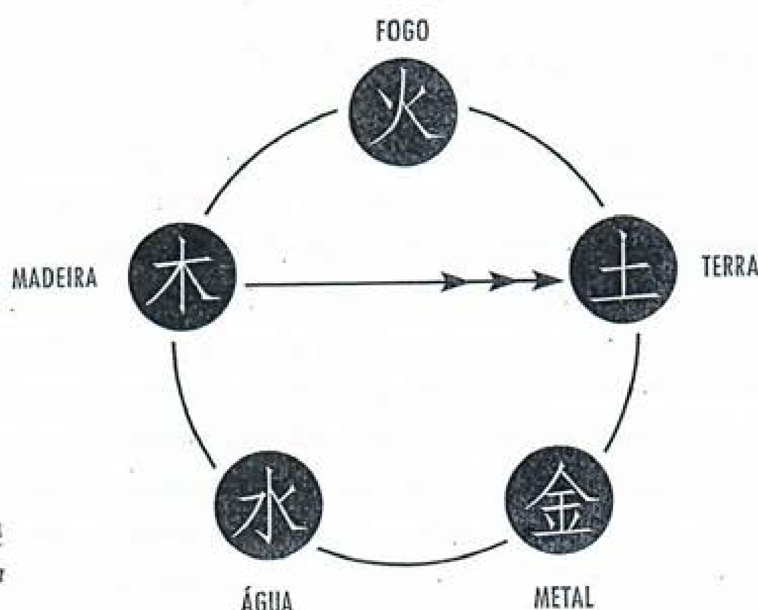
Como agora, falamos de uma situação patológica, chèng significa neste contexto um uso anormal das rédeas : puxá-las demais freia demasiadamente o cavalo, soltá-las demais, faz o cavalo sair em disparada...

Para concluir podemos dizer que chèng é um kè anormal, ou seja, uma regulação anormal num sentido ou noutro: seja por excesso ou por deficiência. O termo "exploração" é então impróprio para traduzir a ideia que designa chéng 乘, porque ele não exprime a dimensão "restritiva" do fenômeno. Não encontrando termo adequado na língua francesa, eu usarei por convenção "exploração", mas mantendo consciente o verdadeiro significado de chéng.

Se retomarmos o exemplo da relação madeira/terra, vimos que o bom funcionamento da terra se faz em parte graças à ação do qì da madeira que ela contém. Quando o qì da madeira torna-se anormal, ele altera também o qì da terra : é a relação kè 克 que se transforma em chéng 乘. Logicamente, tudo isso se passa em função da natureza do desequilíbrio. Por exemplo, em caso de plenitude, se o qì do fígado se estagna, ele induz uma estagnação no seio da terra, se o qì do fígado se inflama, ele produz fogo na terra.

Em caso de deficiência do controlado, a lógica permanece a mesma. Quando o qì da terra está vazio demais, o qì da madeira na terra torna-se relativamente mais importante. Nós teremos sinais e sintomas que serão muito similares, mas com diferenças fundamentais, que permitem diferenciar a deficiência e a plenitude. Nas duas situações, trata-se de um processo chéng. Concluindo devemos lembrar que chéng pode acontecer seja por um excesso, seja por uma deficiência. Trata-se muito mais de uma ação anormal do controlador sobre o controlado, do que um excesso de restrição como sugere habitualmente a literatura ocidental.

A água explora o fogo
A madeira explora a terra
O fogo explora o metal
A terra explora a água
O metal explora a madeira



Princípio de exploração 乘
Aqui a madeira explora a terra

Exploração por excesso

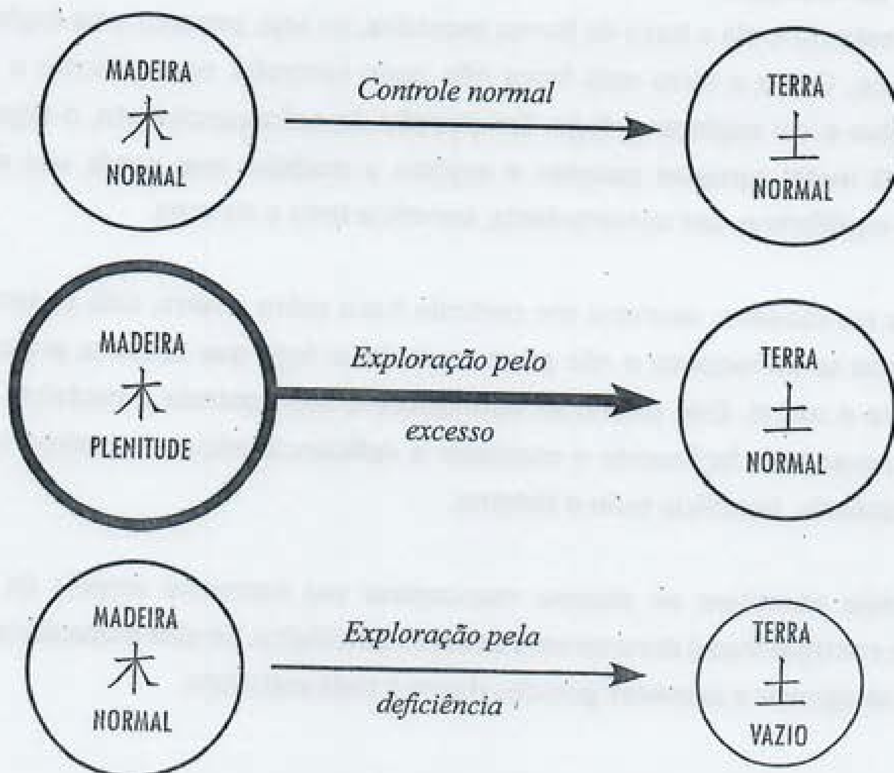
O controlador está em plenitude. Ele é mais virulento do que deveria e tem tendência a transbordar em direção ao controlado. Ele realiza um controle exagerado (exploração) do controlador sobre o controlado (este último não estando deficiente de início). Por exemplo, quando a madeira que normalmente controla a terra está exuberante, ela é suscetível de atacá-la e lesá-la (explorá-la).

Notaremos que o controlador pode se tornar excessivo porque ele mesmo pode não estar sendo controlado suficientemente por seu próprio controlador. Trata-se então de um defeito de regulação. Outra possibilidade pode também ser um problema de geração (shēng 生). Uma mãe que não nutre corretamente seu filho provoca enfraquecimento deste. O filho fraco, quando ele é controlador não controla suficientemente seu controlado que tornando-se excessivo pode ser a origem do princípio de exploração em sua esfera de influência.

Exploração por deficiência

O controlado está em deficiência. Este apresenta uma menor resistência e se vê explorado pelo seu controlador por causa da sua fraqueza mesmo que, de início, o último não estivesse necessariamente em plenitude. Esta exploração tem como resultado o agravamento da deficiência do controlado. No mesmo exemplo, a deficiência da terra favorece o ataque transversal da madeira que então a explora.

Notaremos que o controlado pode tornar-se deficiente porque sua mãe não o nutre corretamente. Trata-se então de um defeito de geração (shēng 生) que estará na origem do princípio de exploração. Além disso, não esqueçamos que o controlado também é uma mãe que nutre seu filho. Se este último é deficiente, a mãe vai se esgotar para suprir a carência de seu filho. A mãe (nosso controlado inicial) se enfraquece e favorece a exploração.



Os mecanismos de autorregularão pelo "qì de retorno" através do princípio de exploração

Numa situação patológica onde um movimento é excessivo ou deficiente, o sistema pode gerar uma autorregularão normalmente julgada excessiva e anormal sob forma de um exploração (chéng 乘) a fim de reencontrar o equilíbrio natural. De fato é a ruptura de equilíbrio pela plenitude ou pela deficiência de um movimento que provoca uma reação em cadeia que chamamos de "qì de retorno" (fù qì 复气). Se o qì vencedor (quer dizer o qì do movimento em desequilíbrio) é forte, o qì de retorno é forte. É uma forma de autorregulação. Este mecanismo permite reencontrar a harmonia numa situação patológica onde o desequilíbrio é severo. Trata-se de uma reação natural que visa o retorno da normalidade quando o excesso foi atingido. Isto faz alusão à noção de "retorno" do Lăo Zĭ que é inevitável quando o apogeu foi atingido (tanto no excesso quanto na deficiência).



Tomemos o exemplo da madeira

Em caso de plenitude, esta controla a terra de forma excessiva, ou seja, provoca uma exploração. A terra explorada se enfraquece. Como a terra está fraca não pode controlar normalmente a água. A água, então, torna-se excessiva e vai explorar o fogo. Em posição de enfraquecimento, o fogo não controla fortemente o metal. O metal torna-se potente e explora a madeira que perde seu excesso inicial. A madeira retoma seu equilíbrio e, por consequência, beneficia todo o sistema.

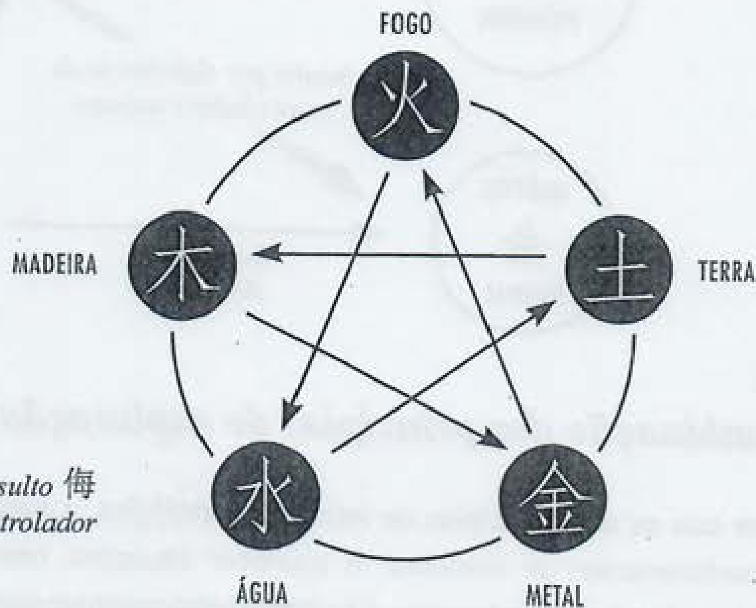
Em caso de deficiência em madeira, ocorrerá um controle fraco sobre a terra. Esta se torna exuberante e explora a água. A água se enfraquece e não pode controlar o fogo que torna-se preponderante. Em excesso, o fogo explora o metal. Este último se enfraquece e não controla a madeira. A partir daí, a madeira pode se regenerar mais facilmente e combater a deficiência inicial. A madeira reencontra seu equilíbrio e por consequência, beneficia todo o sistema.

Estas reações em cadeia permitem ao sistema reencontrar sua harmonia através de desequilíbrios pontuais (exploração e controle fraco) durante uma situação patológica. Se este mecanismo não funciona, a distorção só poderá se agravar e provocar grandes danos à toda estrutura.

2 - O princípio de insulto: Wŭ 侮

Assim como princípio de exploração, o princípio do insulto (wŭ 侮 ou xiāng wŭ 相侮) corresponde a uma situação patológica. Mas neste caso, ele é relativamente severo porque o controle (kè 克) se inverte. É também chamado controle inverso (fǎn kè 反克). É um processo contra a natureza onde o controlado se volta contra o controlador. Aqui, o controlado está de tal forma excessivo que não há outra alternativa a não ser canalizar seu excesso contra seu controlador que se torna, então, incapaz de desempenhar seu papel. Não poderíamos falar de ciclo de "contra-controle", ainda que o termo wŭ 侮 não tenha literalmente este significado. Os cinco processos de insultos são os seguintes:

O fogo insulta a água
A terra insulta a madeira
O metal insulta o fogo
A água insulta a terra
A madeira insulta o metal



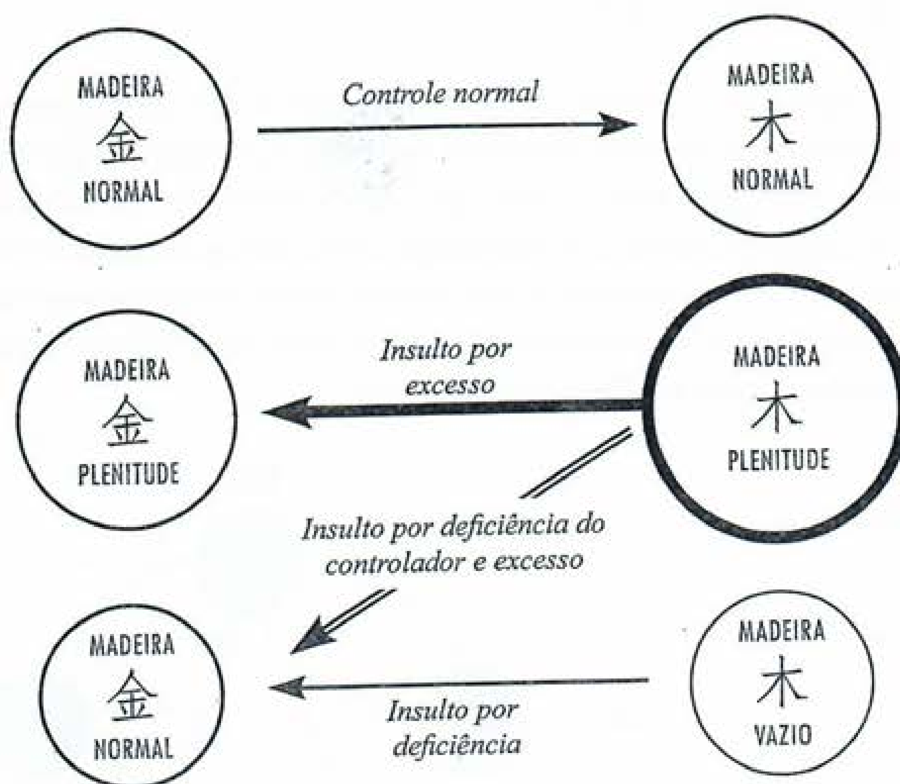
Princípio do insulto 侮
O controlado insulta seu controlador

Insulto por excesso

O controlado está em plenitude. Aqui o princípio de insulto vem de um excesso muito grande que o leva a se rebelar contra seu controlador. Este último não está necessariamente em deficiência neste momento. Por exemplo, a madeira que normalmente é controlada pelo metal pode, em caso de exuberância extrema, inverter a ordem das coisas e agredir aquele que normalmente a controla. Concretamente, o fogo do fígado pode ascender e queimar o pulmão.

Insulto por deficiência

O controlador está em deficiência, a situação é o inverso da anterior. Se o controlador está em deficiência, o movimento que controla aproveita para o subjugar (princípio da exploração). Disto resulta uma deficiência ainda maior. O controlador é então muito fraco em relação ao movimento que ele deveria controlar. Esta situação pode favorecer o insulto do controlado ainda que este não esteja necessariamente em excesso no início. Por exemplo, se o metal está em deficiência, o fogo o explora, o que o enfraquece ainda mais. A partir daí, o metal tem um controle muito fraco em relação à madeira, que se rebela contra ele.



3 - Combinação dos princípios de exploração e insulto

É evidente que os dois princípios de interação patológica, a exploração (chéng 乘) e o insulto (wŭ 侮) podem perfeitamente se combinar e provocar situações complexas. Além disso, considerando a interatividade dos cinco movimentos, é bastante teórico pensar que um desequilíbrio possa ser isolado. Na realidade, uma desarmonia "localizada" provocará cedo ou tarde uma desarmonia no conjunto do sistema. Isto corresponde muito bem ao que é constatado na prática clínica onde os pacientes que sofrem de doenças crônicas tem frequentemente uma grande quantidade de processos patológicos que se cruzam, se alimentam e se mantém a si mesmos.

VII - Definição dos cinco movimentos

Só após uma larga apresentação do significado das diferentes facetas dos cinco movimentos é que podemos nos permitir uma definição deste princípio fundamental. A prudência nos aconselha não tentar limitar em poucas palavras um conceito tão complexo e sútil. Por uma questão didática vamos tentar propor uma definição.

Os cinco movimentos são um sistema exploratório universal que permite:

- Precisar as variações do ciclo de transformação do yīn yáng,
- Estudar as relações entre os diferentes fenômenos do universo,
- Especificar a natureza, as propriedades, as características dos fenômenos do universo,
- Explicar a razão de ser destes fenômenos em relação ao sistema como um todo,
- Predizer a evolução, o andamento destes fenômenos.

Se o yīn yáng evoca a criação e a evolução dos fenômenos no princípio de unidade/oposição, os wǔ xíng explicam as propriedades dos fenômenos assim como as relações entre eles no princípio de geração/controle.

VIII - Aplicação da teoria dos cinco movimentos à medicina chinesa

Inicialmente a teoria dos cinco movimentos não foi criada especialmente para a medicina chinesa. Ela foi utilizada por esta última para melhorar seu sistema de pensamento. Ela foi empregada de um lado como leitura complementar para estudar o Homem, seu funcionamento, seus desequilíbrios e os meios de corrigi-los e, de outro lado, para preencher algumas lacunas que pareciam existir anteriormente. Logicamente, assim como outros desenvolvimentos filosóficos e cosmológicos, a teoria dos cinco movimentos evoluiu ao longo da história da medicina chinesa. Além disso, ela nunca foi cortada do resto do corpo teórico já existente. Ao contrário, por um sincretismo e um dom de assimilação que caracterizam bem a civilização chinesa, pelo menos desde a dinastia Han, os cinco movimentos complementam a teoria fundamental numa espécie de todo coerente.

A primeira evocação conhecida dos cinco movimentos em medicina foi encontrada nos textos médicos anteriores ao Nèi Jīng (clássico interno) em uma das tumbas funerárias de Mǎ Wáng Duī 马王堆 (168 a.C.) No entanto, é no Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn[29] que os wǔ xíng aparecem como um elemento essencial do corpo teórico médico. Mas de todos os clássicos fundamentais, é no Nán Jīng (Clássico das dificuldades) que esta doutrina é melhor elaborada sobre o plano médico. Ele permite também reunir diferentes pontos de vista sobre os cinco movimentos e eliminar algumas contradições que existiam anteriormente. Seguramente o sistema dos cinco movimentos que enriqueceu aquele do yīn yáng, foi um fato importantíssimo do desenvolvimento das teorias de medicina chinesa. E mesmo que estes dois únicos conceitos não sejam suficientes para praticar a medicina chinesa, eles constituem a base fundamental sobre a qual as outras teorias se apoiam e se desdobram.

1 - Compreender a natureza do corpo a partir dos cinco movimentos

Classificação dos diferentes elementos do corpo

Graças ao sistema de correspondências analógicas desenvolvidas na teoria geral dos cinco movimentos, podemos classificar e analisar os diferentes elementos que constituem o organismo. Tudo no corpo pode ser classificado segundo o princípio de ressonância e assim podemos conhecer a natureza, as propriedades de cada uma das estruturas corporais fundamentais. Ele é uma demonstração da noção "unidade/globalidade" da medicina chinesa.

29. Ainda que os românticos da medicina chinesa queiram remontar o Nèi Jīng (Clássico interno) ao advento da civilização chinesa à época mítica do Imperador Amarelo. Ainda que especialistas remontem os primeiros textos aos Reinos Combatentes, nós não encontramos traços históricos da publicação deste clássico antes da dinástia Han. No entanto, é verdade que esta obra é resultado dos conhecimentos anteriores sintetizados pelos estudiosos dos Han. A citação dos cinco movimentos no Sù Wèn foi seguida pelo Huáng Dì Nèi Jīng Líng Shū, escrito um pouco mais tarde.

Segundo o Nèi Jīng (Clássico interno) a fisiologia humana está fundamentada sobre cinco órgãos yīn (zàng 脏) a partir dos quais se desenvolvem as correspondências. Por exemplo, o movimento água está associado aos órgão Rins, que rege e tem relação com : bexiga, ouvidos, os dois orifícios inferiores, os ossos, cabelos, saliva, região lombar, etc. Todas estas estruturas orgânicas dependem da natureza da água e tem uma conexão íntima com os rins. Logicamente, isto não exclui as trocas e relações com os outros órgãos ou estruturas. Trata-se simplesmente de um vínculo privilegiado. Cada órgão zàng governa ou gerencia uma víscera fŭ (yáng) em particular, um orifício em particular, um líquido, um órgão dos sentidos, um tecido, uma emoção, um ornamento, um região do corpo, um líquido, um som, uma emoção, um espírito, etc. A teoria dos órgãos zàng fŭ se desenvolveu a partir destes sistemas de correspondências.

Globalidade Homem/Natureza

Os elementos do universo são de uma essência idêntica àquela que se manifesta no Homem. Se existem manifestações madeira no corpo, na natureza também: Leste, primavera, vento, ácido, etc. Estas manifestações naturais têm características e qualidades similares às manifestações humanas que procedem do mesmo movimento. Elas possuem uma relação, uma repercussão e uma ligação privilegiada com os elementos humanos do mesmo movimento. Existe certa continuidade entre a natureza e o homem, entre as coisas no interior e no exterior do indivíduo. Isto confirma o conceito chinês segundo o qual o Homem e seu ambiente natural estão intimamente ligados e se influenciam mutuamente. Lembrando o que diz Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn no capítulo 5 : "O leste gera o vento, o vento gera a madeira, a madeira gera o ácido, o ácido gera o fígado, o fígado gera os tendões (...). No céu é o vento, na terra é a madeira, (...) dentre os zàng é o fígado". As cinco energias do céu ecoam nos cinco movimentos da terra e nos cinco órgãos zàng no homem. Encontramos uma unidade/globalidade de três forças: Céu/ Terra/Homem.

Explicações sobre o funcionamento fisiológico dos órgãos zàng fŭ

A teoria dos cinco movimentos explica o funcionamento dos cinco zàng segundo as propriedades de cinco modalidades.

Sabemos graças a Hóng Fàn que a madeira se curva e se redireciona. Ela é animada pela fluidez, pelo movimento, pela ordem, pela expansão e pela subida. É por isso que, no organismo, a madeira /fígado gosta da fluidez e da ordem e detesta a restrição e a estagnação. Suas funções são a livre circulação (shū 疏) e a evacuação[30] (xiè 泄). A madeira tem uma energia ascendente como o qì do fígado.

O fogo por natureza é o calor que aquece. É por isso que no organismo, o yáng do coração, que é chamado fogo monarca, tem por função aquecer e sustentar o yáng do organismo, aquecer o sangue e os vasos. Nestes dois casos, isto permite um melhor dinamismo orgânico. O fogo tem uma energia centrífuga como o qì do coração.

---

30. O termo xiè (泄) significa deixar escapar, liberar, dispersar, descarregar. A idéia é a liberação de uma massa líquida que em seguida se dispersa sem resistência e à seu ritmo. Isto simboliza bem a função de livre circulação, de movimento "fluido" do fígado.
31. Esta enumeração de estruturas do corpo é uma expresão chinesa que quer representar o conjunto de todos os elementos que constituem o organismo.

A terra é considerada como matriz dos dez mil seres. É por isso que no organismo, o baço é a origem do transporte e da transformação dos alimentos e das bebidas, cuja essência sutil vai nutrir os cinco órgãos zàng, as seis vísceras fǔ, os quatro membros, as cem articulações[31] ... e que, de certa maneira, gera tudo no corpo. A terra tem uma energia harmonizante como o qì do baço.

O metal é caracterizado pela descida, pela colheita. É por isso que no organismo, o pulmão coleta o qì do céu, a essência sutil dos alimentos, para em seguida fazê-las descer e penetrar mais profundamente no corpo. O metal tem uma energia descendente como o qì do pulmão.

A água é o movimento do armazenamento, da guarda. É por isso que no organismo, os rins são os órgãos zàng da guarda (como um tesouro), do armazenamento do yīn e do yáng verdadeiros, do jīng e do fogo ministro. A água tem uma energia centrípeta assim como o qì dos rins.

O princípio de geração no organismo

Novamente é no nível dos órgãos zàng que se manifesta mais visivelmente o princípio de geração dos cinco movimentos. Naturalmente os órgãos zàng geram e se apoiam uns aos outros para evitar a deficiência de um deles.

O Nèi Jīng (Clássico interno) de maneira simbólica apresenta a geração dos órgãos no capítulo 5 do Sù Wèn:

"Os rins gera a medula óssea, a medula gera o fígado";
"O fígado gera os tendões, os tendões geram o coração";
"O coração gera o sangue, o sangue gera o baço";
"O baço gera as carnes, as carnes geram o pulmão";
"O pulmão gera a pele e os pelos, a pele e os pelos geram os rins".

Hé Mèng Yáo em Yī Biǎn (Caminhada [para acessar] a medicina) dá uma nova e interessante explicação sobre a lei de geração que se expressa ao nível dos órgãos zàng:

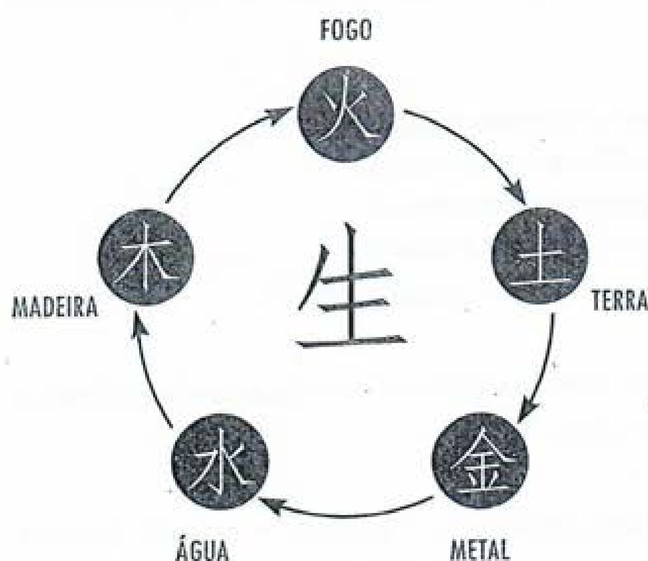
"As bebidas e os alimentos entram no estômago. O baço transporta e mobiliza o qì sutil. Embora distribuído para todos os órgãos zàng, ele é primeiro transportado para cima, para o pulmão. É o pulmão que o recebe e por ele é nutrido. É o baço/terra que gera o pulmão/metal. O pulmão recebe do baço um benefício, assim com seu qì cada vez mais próspero, ele se transforma em água e descende, umedece as cem formas[32]. É este o pulmão/metal que gera os rins/água. Os rins recebem do pulmão a geração, assim a água é cada vez mais suficiente (plena), o fogo da porta do destino (mìng mén 命门)[33] a vaporiza. Ela se transforma em qì ascendente, é o fígado que o recebe primeiro e o aproveita. Este é o rins/metal que geram fígado/madeira. O fígado recebe dos rins um benefício, então com seu qì cada vez mais próspero,

32. Bǎi tǐ 百体, as cem formas, significa aqui o conjunto de estruturas orgânicas.
33. A porta do destino (mìng mén 命门) é uma estrutura particular que é associada aos rins e que é a reserva do fogo ministro, um fogo que corresponde ao yáng do céu anterior e que produz o qì original (yuán qì 元气) à partir do jīng dos rins. Ver capítulo sobre os rins.

ele ajuda no alto o yáng do coração de onde emana a luz. Este é o fígado/madeira que gera o coração/fogo. O qì permite ao baço transportar a água e os grãos. [Se] o qì é frio então há coagulação e estagnação e este não circula mais. De outro lado, o fogo do coração é morno e, por consequência, pode sustentar e transportar continuamente. É este o coração/fogo que gera o baço/terra".

As relações de geração que existem entre os cinco zàng são explicadas da seguinte maneira nos textos chineses contemporâneos:

"A madeira gera o fogo, isto é o fígado/madeira reforça o coração/fogo. O fígado armazena o sangue, o coração governa o sangue e os vasos. Quando o armazenamento de sangue pelo fígado funciona normalmente, isto reforça a atividade do coração para governar o sangue e os vasos. O fogo gera a terra, isto é o fogo do coração amorna o baço/terra. O coração governa o sangue e os vasos, governa o espírito (shén 神) e as emoções. O baço governa o transporte e a transformação, governa a produção do sangue e a retenção do sangue (nos vasos). Quando o sangue e os vasos estão bem governados pelo coração então o sangue nutre o baço que pode dar livre curso à sua função: o transporte e a transformação, a produção e a retenção do sangue. A terra gera o metal, isto é o baço/terra reforça o pulmão/metal.



Geração mútua dos órgãos

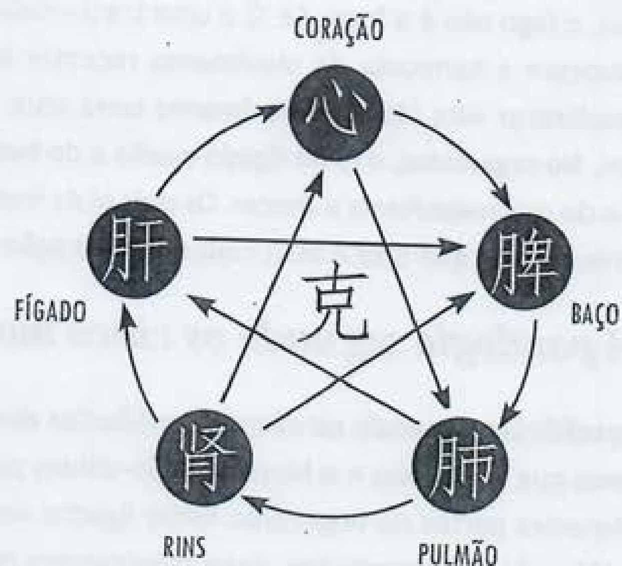
A capacidade do baço de aumentar o qì, de transformar e gerar o qì e o sangue, de transportar o jīng sutil para preencher (nutrir) o pulmão, isto tudo estimula o funcionamento do pulmão governando o qì, permitindo uma difusão e uma descendência normais. O metal gera a água, isto é o pulmão/metal nutre os rins/água. O pulmão governa a descida, os rins governam a armazenagem do jīng. A descida do pulmão reforça a armazenagem do jīng pelos rins, mas também a recepção do qì e o gerenciamento da água (pelo rins). A água gera a madeira, isto é o rim/água nutre o fígado/madeira. Os rins governam o armazenamento do jīng, o jīng dos rins se transforma em sangue do fígado, isto reforça o funcionamento normal do fígado".

O princípio de controle no organismo

O princípio de controle se observa também na fisiologia dos órgãos zàng. Ele permite explicar como os cinco elementos utilizam o controle para favorecer o equilíbrio yīn yáng no organismo. Naturalmente os cinco órgãos zàng se regulam mutuamente para evitar um excesso de um deles. "O pulmão e o rim são órgãos mãe e filho. A água é capaz de controlar o fogo para que o fogo violento não destrua o metal", (Lèi

Zhèng Zhì Cái – Discernimento terapêutico pela classificação de síndromes). Nós podemos explicar estes processos da seguinte maneira :

A água controla o fogo, isto é a água (yīn) dos rins controla o fogo (yáng) do coração. A água dos rins sobe para se unir ao coração e previne o excesso de fogo no coração. O fogo controla o metal, isto é o coração/fogo controla o pulmão/metal. O coração está associado ao fogo. Na natureza ele tende a aquecer e a subir. No corpo é idêntico. Isto permite controlar um excesso de descida do pulmão. O metal controla a madeira, isto é o pulmão/metal controla o fígado/madeira. O qì do pulmão, assim como o metal tem um qì descendente. Isto permite restringir o yáng do fígado que tem a tendência a subir exageradamente. A madeira controla a terra, isto é o fígado/madeira controla o baço/terra. O fígado governa a livre circulação e a evacuação. Isto permite evacuar os acúmulos e estagnações ao nível do baço, acúmulos e estagnações que atrapalham a função da terra. A terra controla a água, isto é a terra/baço controla os rins/água. O baço/terra transporta e transforma os líquidos prevenindo o transbordamento de água do rins.



Controle mútuo dos órgãos

O controle favorece o equilíbrio. Encontramos mais um exemplo desta contribuição à harmonia no plano emocional. Segundo o princípio das correspondências visto anteriormente, sabemos que cada movimento, cada órgão, é associado a uma emoção. Utilizando a mesma lógica, uma emoção excessiva poderá ser atenuada pela emoção associada ao controlador, permitindo assim, sua estabilidade:

"A tristeza vence a raiva;
o medo vence a alegria;
a raiva vence a preocupação;
a alegria vence a melancolia;
o pensamento vence o medo"

Insisto no fato de que o controle kè 克 é uma regulação participativa e não uma inibição repressiva. O exemplo do controle do fígado sobre o baço é muito ilustrativo. Através do controle, o fígado colabora ao bom funcionamento do baço. Ele lhe transmite seu qì pra que ele possa assumir melhor suas funções. O baço é chamado tài yīn 太阴 (yīn extremo), sua tendência patológica é ver seu qì estagnado ou mesmo entrar em colapso devido à sua natureza yīn. O fígado se agitando no baço, o ajuda a fazer circular (prevenindo a estagnação) e a fazer subir o seu qì (prevenindo o rebaixamento). Através do controle, o fígado de certa forma estimula o yáng qì do baço. Passamos longe de uma visão de submissão que frequentemente transparece na literatura.

Mais do que um controle: uma transmissão do qì

O movimento que exerce o controle passa um pouco do seu qì ao movimento que é controlado. Há uma doação, uma transferência do qì daquele que controla para aquele que é controlado. O controlado possui uma parcela de energia de seu controlador. Por exemplo, o movimento fogo é controlado pelo movimento água. Através do controle, a água transmite uma parte de seu qì ao fogo e o qì da água age no fogo. Então no fogo há também o qì da água. O fogo, para ser fogo, deve conter o qì da água. Sem o qì da água, o fogo não é o fogo. Kè 克 é uma transmissão de qì do movimento doador (aquele que controla) que favorece a harmonia do movimento receptor (aquele que é controlado). Vejamos outro exemplo para esclarecer esta ideia. O movimento terra atua, em parte graças, à ação do qì da madeira que ele contém. No organismo, o qì do fígado auxilia o do baço/terra a subir, então o qì da vesícula biliar/madeira ajuda o do estômago/terra a descer. Os dois qì da madeira ajudam, portanto, a terra em sua subida e descida. Vemos aqui que o kè é bem mais que uma ação restritiva, é uma ação de colaboração.

2 - A patologia segundo os cinco movimentos

Desequilíbrios segundo as correspondências dos cinco movimentos

Sabemos que a natureza e o homem estão unidos por um princípio de unidade/globalidade e o conjunto de diferentes partes do organismo estão ligados uns aos outros por um sistema relacional complexo e sutil. Além disso, a teoria dos cinco movimentos nos mostra que existem ligações privilegiadas entre certos fenômenos naturais e o ser-humano, entre certos órgãos e certas estruturas corporais. Nós deduzimos as seguintes consequências patológicas:

Os órgãos são afetados preferencialmente pelos excessos climáticos, nas estações em que cada tipo de excesso é associado. Os rins tendem a sofrer com o frio no inverno. O fígado tende a sofrer com o vento na primavera. O coração tende a sofrer com o calor no verão. A terra tende a sofrer com a umidade nas interestações. O pulmão tende a sofrer de secura no outono.

Os órgãos manifestam seus desequilíbrios ao nível de seus orifícios, tecidos, ornamentos, territórios particulares. Os rins manifestam seus problemas nas orelhas, ossos, cabelos, região lombar, etc. O fígado manifesta seus problemas nos olhos, tendões, unhas, região torácica lateral, etc. O coração manifesta seus problemas na língua, vasos, face, ápice do coração, etc. O baço manifesta seus problemas na boca, nas carnes, nos lábios, abdome, etc. O pulmão manifesta seus problemas no nariz, na pele, nos pelos, no peito, etc.

Em caso de distúrbios emocionais os rins induz ao medo e à uma desarmonia do zhì (志) – a capacidade realizadora; o fígado induz à raiva e à uma desarmonia do hún (魂) – a consciência espiritual; o coração induz ao riso em excesso e à desarmonia do shén (神) – a consciência mental; o pulmão induz à tristeza e à desarmonia do pò (魄) – a consciência corporal.

As doenças do rim podem provocar desregramentos ao nível da bexiga. As doenças do fígado podem provocar desregramentos ao nível da vesícula biliar. As doenças do coração podem provocar desregramentos

ao nível do intestino delgado. As doenças do baço podem provocar desregramentos ao nível do estômago. As doenças do pulmão podem provocar desregramentos ao nível do intestino grosso.

Ao longo dos estudos da medicina chinesa estas afinidades patológicas tornam-se mais e mais evidentes, particularmente quando estudamos o diagnóstico, as síndromes e as especialidades como medicina interna. Deve-se considerar que algumas são muito frequentes na clínica e outras menos habituais. Mas, atenção, essas correspondências não querem dizer nada por si mesmas. Elas apenas se justificam quando num contexto geral. Elas devem funcionar como um instrumento de análise e não como uma finalidade (ver a última sessão, mais adiante).

A transmissão das doenças segundo o princípio de geração (shēng 生)

Nós vimos anteriormente que os órgãos são interdependentes e se auto-originam segundo o princípio de geração shēng 生. Esta influência fisiológica se estende também ao plano patológico. É o que no Nán Jīng (Clássico das dificuldades) se chama "transmissão (da doença) no senso comum" (shùn zhuǎn 顺转). Indo no sentido do processo natural, tem a fama de ser relativamente benigna. Assim, os desequilíbrios de um zàng podem ser transmitidos segundo duas modalidades:

a) Transmissão da patologia da mãe para o filho

A expressão chinesa é "mǔ bìng jí zǐ (母病及子)" que quer dizer " a doença da mãe atinge o filho". Poderíamos traduzir por "doença da mãe se transmite ao filho" porque jí (及) possui igualmente o sentido de "transmissão hereditária colateral"... Ela se faz no sentido natural da geração. Neste caso, o desregramento começa primeiro na mãe e depois, se transmite ao filho. A tradição considera que este processo patológico é relativamente fácil de tratar. O Nán Jīng (Clássico das dificuldades) na quinquagésima dificuldade define: "o que vem de trás é um perverso fraco". Aqui, o que "vem de trás" é a mãe que está acima de seu filho. "Fraco" significa um processo que não é grave e é facilmente reversível.



A doença da mãe atinge o filho

Por exemplo, os rins pertence à água, o fígado à madeira. Os rins são os órgão mãe, a madeira é o filho. Aqui, "a doença da mãe que atinge o filho" significa que o desequilíbrio dos rins induz a uma desordem do fígado. Por exemplo, a deficiência de yīn dos rins provoca uma deficiência de yīn do fígado. É o que chamamos frequentemente em medicina chinesa "a água não molha a madeira". Em seguida, a deficiência de yīn do fígado vai induzir um desequilíbrio entre o yīn e yáng deste órgão e gerar uma subida do yáng do fígado. Deve-se notar que as patologias que se transmitem por este processo podem ser de natureza deficiência ou excesso.

b) Transmissão da patologia do filho para a mãe

A expressão chinesa é "zǐ bìng fàn mǔ (子病犯母)" que quer dizer "a doença do filho ataca a mãe". Ela se faz no sentido contrário àquele da geração. Neste caso, o desregulamento começa primeiro no filho e depois chega na mãe. A tradição considera que este processo patológico é um pouco mais difícil de tratar. O Nán Jīng (Clássico das dificuldades) na quinquagésima dificuldade diz : "Aquilo que vem da frente, é um perverso forte". Aqui, aquilo que vem da "frente" é o filho que está abaixo de sua mãe. "Forte" significa que o processo é relativamente mais grave e, portanto, mais difícil de tratar.



A doença do filho atinge a mãe

Por exemplo, o baço pertence à terra e o coração ao fogo. O baço é o órgão filho enquanto o coração é a mãe. Aqui, "doença do filho ataca a mãe" significa que o desequilíbrio do baço induz uma desordem do coração. O baço tem a i ncumbência de gerar o sangue. Em caso de deficiência, ele não produz sangue suficiente. Isto repercutirá diretamente sobre o coração para quem o sangue é um elemento fundamental. Uma outra expressão que fala deste tipo de situação é "o filho que rouba o qì de sua mãe"[34]. Nota-se que as patologias que se transmitem por este processo podem ser de deficiência ou excesso.

A transmissão das doenças segundo o princípio de controle

Nós vimos anteriormente que os órgãos se auto regulam segundo o princípio de controle (kè 克). Nós havíamos apontado que este, quando se desregula, gera dois processos patológicos : aquele da exploração (chéng 乘) e aquele do insulto (wǔ 侮). Estes últimos, segundo o Nán Jīng (Clássico das dificuldades), permitem uma "transmissão inversa (da doença)" (nì zhuǎn 逆转). Este mecanismo é considerado relativamente grave.

a) Transmissão da patologia pelo princípio da exploração

Trata-se de uma situação patológica onde o controlador controla exageradamente o controlado. Este processo acontece seja quando o controlador está em excesso (e por hiperatividade controla em demasia), seja quando o controlado está em deficiência (e esta induz ao excesso de controle pelo

34 Aqui é preciso tomar o termo qì em seu sentido amplo. O filho também pode assim roubar o yīn, o yáng, o sangue, o qì, o jīng de sua mãe...

controlador), seja por que o controlador está em excesso e o controlado em deficiência (combinação de dois mecanismos). Em qualquer dos casos, é preciso compreender que há uma opressão do controlador sobre o controlado. Esta sempre se faz no sentido controlador-controlado mesmo que a origem do problema tenha sido uma deficiência deste último. A patologia se transmite, então, do órgão que controla para o órgão que é controlado. O órgão controlado já sofre uma regulação natural na relação de controle (kè 克). Esta aqui é reforçada pelo mecanismo patológico em si (exploração): o qì perverso se junta ao movimento fisiológico. O ataque, portanto, é severo. Esta situação é considerada como um processo relativamente grave e é traduzido por um ditado na quinquagésima dificuldade do Nán Jīng (Clássico das dificuldades) : "Vindo daquele que não foi vencido (*ou seja, do órgão controlador*), é um perverso vencedor" [cóng suǒ bù shèng lái zhě wéi zéi xié - 从所不胜来者为贼邪].

A ação "zéi" (贼) tem um significado muito preciso. Primeiro ela se situa no contexto do princípio de exploração (chéng 乘). Chéng é uma ação anormal, patológica do princípio do controle (kè 克). Em outras palavras, é um kè desregulado. O que chéng não inclui é a noção de vitória e derrota do controlador ou do controlado. O termo chèng descreve a relação patológica anormal, mas não diz se ela é bem sucedida ou não. Vejamos o exemplo da relação madeira/terra. Na relação kè o qì da madeira age na terra de forma harmoniosa e contribui com as funções fisiológicas desta última. Na relação chèng, o qì da madeira se comporta de maneira anormal na terra. Há uma relação anormal e uma ação anormal, estamos falando de uma patologia. Mas o contexto não nos diz se este desequilíbrio leva à uma derrota ou à uma resistência do controlado.

O termo zéi é mais preciso neste assunto: é um chéng no qual há um vencedor e um derrotado. No nosso exemplo, se a madeira que ataca a terra, conseguir vencê-la, haverá "zéi", ou seja "um vencedor". Zéi (贼) significa ladrão, rebelde, traidor, viciante, cruel, violento, astúcia, matar, ofender, magoar, mas também prevalecer, vencer, vencedor... No mesmo contexto, nos falamos de zéi xié (贼邪) que podemos traduzir por "perverso que prevalece ou perverso vencedor". Se parafrasearmos a citação do Nán Jīng (Clássico das dificuldades), isto daria : "O perverso vencedor (ou seja zéi xié 贼邪) é a ação patológica que vem do movimento controlador e que vence o movimento controlado, submetido à uma derrota".

O exemplo mais conhecido e mais frequente na prática clínica é "madeira excessiva que explora a terra" (mù kàng chéng tǔ 木亢乘土). Frequentemente devido a excessos emocionais, o fígado perde suas capacidades de livre circulação e de evacuação. Então seu qì se acumula e torna-se excessivo, o que tende a provocar uma invasão desta energia em plenitude em direção ao zàng que ele controla: o baço. Daí vem o que chamamos de desarmonia fígado/baço (gān pí bù hé 肝脾不和). Haverá obviamente manifestações de excesso do fígado, além de deficiência do baço, pois a terra explorada pela madeira tem suas funções diminuídas.



O fígado explora o baço

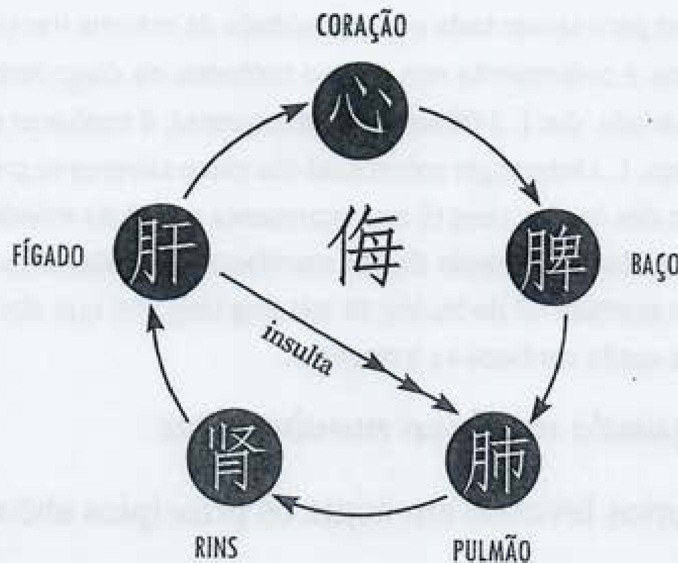
b) Transmissão da patologia pelo princípio do insulto

Lembrando que o insulto corresponde a um processo onde aquele que é controlado se volta contra o controlador. Aqui, o controlado está de tal maneira em excesso que não tem outra escolha a não ser canalizar seu qì em direção ao seu controlador que, neste caso, é incapaz de controlá-lo corretamente. A patologia se transmite do órgão que seria normalmente o controlado em direção ao que seria o controlador. Uma vez que o órgão controlado, apesar de tudo, ainda sofre controle do controlador, mesmo se a eficácia deste é menor, o fenômeno patológico é de certa forma "temperado", "contrabalanceado". Esta situação ainda que claramente patológica é menos grave que a precedente.

Isto é demonstrado pelos ensinamentos do Nán Jīng (Clássico das dificuldades) : "Vindo daquele que é vencido (ou seja, do órgão controlado), é um perverso fraco (entende-se que se trata de um processo patológico mais fraco)" [cóng suǒ shèng lái zhě wéi wēi xié - 从所胜来者为微邪]. Atenção, não se trata de dizer que é um processo patológico benigno. O Nán jīng quer dizer, simplesmente que este mecanismo é menos grave que o anterior. O texto da quinquagésima dificuldade é construído sobre o princípio da comparação de situações opostas. Fala-se primeiramente da patologia da mãe que se transmite ao filho, depois daquela que se transmite do filho à mãe, em seguida do controlador ao controlado e, finalmente, do controlado ao controlador. É uma espécie de jogo sintagmático que, às vezes, utiliza os clássicos e que nos permite melhor compreender aquilo que o texto antigo quer dizer.

Para confirmar esta ideia que vai ao encontro das ideias que circulam habitualmente no ocidente, chamarei atenção ao famoso médico da dinastia Qing, Xú Dà Chūn que em seu Nán Jīng Jīng Shì (Explicações do clássico das dificuldades a partir dos clássicos) diz claramente : "Aquele que é vencido é o controlado (ou seja, o órgão controlado), o qì deste órgão é reprimido pelo órgão que o controla, assim o perverso não pode se aprofundar (*o processo patológico não pode ser muito grave*), é por isso que ele é considerado mínimo".

O exemplo mais comum para ilustrar este mecanismo patológico é "o fogo da madeira castiga o metal", (mù huǒ xíng jīn 木火刑金). No caso do fogo do fígado excessivo, ele sobe e queima o pulmão. O fígado no lugar de ser controlado, se revolta contra o pulmão. É o que nós chamamos "o fogo do fígado ataca o pulmão", (gān huǒ fàn fèi 肝火犯肺). A doença começa no fígado e, em seguida, se estende ao pulmão.



O fígado insulta o pulmão

Conclusão

Terminaremos esta sessão com uma citação que demonstra que a transmissão da doença não se contenta em envolver dois órgãos, mas é comum desregular o conjunto do sistema. O primeiro capítulo do Jīn Guì Yào Lüè (Manual do cofre de ouro) nos apresenta um belo exemplo desta situação: "O baço [deficiente] é capaz de ferir o rim, o qì do rim torna-se fraco, então a água não pode se mover; se a água não se move, o qì do fogo do coração é florescente (*isto é, excessivo*); se o qì do coração é florescente, então o pulmão será ferido. O qì do pulmão não pode se mover ; o qì do metal não podendo se mover, o qì do fígado torna-se florescente (*isto é, excessivo*). E por isso que ao preencher [isto é, tonificar] o baço, o fígado se cura espontaneamente". Na prática clínica, a partir da interdependência dos cinco movimentos, é frequente que uma situação patológica entre dois movimentos se repercuta sobre os outros movimentos e até sobre todo o sistema.

3 - O diagnóstico segundo os cinco movimentos

Vimos acima que cada um dos cinco movimentos está associado a um órgão, que por sua vez é ligado a um tecido, um orifício, um sentido, um ornamento, uma zona do corpo, um líquido, uma emoção, um som, uma tendência patológica, etc. O conjunto destas ressonâncias permite nos orientar durante o diagnóstico. Por exemplo, se o paciente sofre na região torácica lateral, se tem as unhas estriadas, acessos de raiva, isto nos sugere um desequilíbrio do fígado. Em caso de tez vermelha, gosto amargo na boca, afta, isto nos direciona para um desregulamento do coração. Logicamente isto não é suficiente para

determinar com exatidão a natureza da patologia. É necessário completar estas observações pelo que nós chamamos de oito princípios (bā gāng 八纲) e os quatro métodos de diagnóstico (sì zhěn 四诊), mas isto já nos dá uma pista séria de investigação.

Se em alguns casos simples, os cinco movimentos permitem pensar num diagnóstico, na prática clínica moderna, eles são insuficientes para cercar toda a complexidade da maioria das situações. Por outro lado, a teoria dos cinco movimentos é onipresente nos quatro métodos de diagnóstico. O Nán Jīng (Clássico das dificuldades) na 61a dificuldade, diz: (...) Observar as cinco cores, é conhecer a doença, (...) escutar os cinco sons, é distinguir a doença, (...) interrogar sobre qual dos cinco sabores se prefere, é saber onde está a doença...". O funcionamento dos órgãos zàng fǔ que representa o pivô da atividade fisiológica se reflete no conjunto de suas correspondências. Através destas manifestações exteriores nós podemos observar o interior. Isto se encontra no capítulo 47 do Huáng Dì Nèi Jīng Líng Shū que diz: "Observar o exterior, é conhecer os órgãos internos e então conhece-se a doença".

4 - A terapêutica segundo os cinco movimentos

A - Tratar os desequilíbrios levando em conta os princípios shēng (生), kè (克), chéng (乘) e wǔ (侮)

Acabamos de ver que a doença pode se transmitir segundo os princípios de geração, controle, exploração e insulto. É possível tratar e prevenir a doença levando em conta estes mecanismos patológicos. Por exemplo, segundo as regras de transmissão da doença, nós sabemos que um ataque do coração pode vir da mãe (fígado), mas também ser transmitido à mãe (fígado), pode se transmitir ao filho (baço), mas também pode vir do filho (baço), pode ser induzido por quem o controla (rins), mas também pode atingir quem o controla (rins), pode se propagar em direção ao controlado (pulmão) ou se originar a partir do controlado (pulmão).

Com a ajuda do diagnóstico, se observamos uma transmissão da doença do fígado para o coração, é preciso tratar o filho (coração), mas também a mãe (fígado). Se esta patologia vem da plenitude do fígado, é totalmente pertinente pensar em atenuar este excesso reforçando o controle sobre o fígado ao estimular seu controlador, o pulmão, permitindo assim diminuir a "pressão" do fígado sobre o coração. Se esta patologia vem de uma deficiência do fígado, é totalmente justificável contrabalancear esta insuficiência reforçando a geração do fígado. Para isto, tonifica-se os rins, sua mãe.

O objetivo é restaurar a harmonia entre os diferentes órgãos e o funcionamento normal dos princípios de geração e controle. No entanto, estes métodos terapêuticos funcionam bem enquanto o problema é relativamente simples e se originam diretamente de um desregramento dos princípios shēng (生), kè (克), chéng (乘) wǔ (侮). Em alguns casos, este método não é suficiente ou não se adapta à patologia. Aplicar de maneira sistemática e rígida esta teoria limita consideravelmente o campo de nossas possibilidades. A medicina chinesa para tentar responder a complexidade do indivíduo colocou em pauta numerosos instrumentos. Os cinco movimentos estão entre eles. É fundamental, indispensável, mas

insuficiente quando é isolado de todo o arsenal diagnóstico e terapêutico.

B - Os métodos de tratamento segundo os princípios de geração e controle

Trata-se de uma apresentação resumida dos princípios terapêuticos mais usados na prática clínica. Omitimos aqui a sintomatologia, porque neste momento queremos nos ater à ideia de base, mais do que às manifestações exteriores.

a - Tonificar a mãe (bŭ mŭ 补母)

Este método é utilizado quando a doença depende da relação mãe/filho no ciclo de geração. Na 69ª dificuldade, o Nán Jīng (Clássico das dificuldades) diz: "[em caso de] deficiência [é necessário] tonificar a mãe". Este princípio é empregado quando o filho está em deficiência. É o papel da mãe nutrir o filho quando ele tem fome. Para isso, nós estimulamos (tonificamos) a mãe para que ela fortaleça o filho. Por exemplo, em caso de deficiência do qì do pulmão, tonificaremos o qì do baço porque a terra/baço gera metal/pulmão. Este método é especialmente utilizado em acupuntura. Foi desenvolvido na obra: "L'acupuncture pratiquée en Chine: les traitements efficaces ", Editora Guy Trédaniel.

b - Dispersar o filho (xiè zĭ 泻子)

Este método é utilizado quando a doença depende da relação mãe/filho no ciclo de geração. Na 69ª dificuldade, o Nán Jīng (Clássico das dificuldades) diz : [em caso de] plenitude, então [é necessário] drenar o filho". Este princípio é empregado quando a mãe está em plenitude e eventualmente ela transmite esta plenitude ao filho. Nós devemos então "empobrecer" o filho para que ele solicite mais de sua mãe. Isto nada mais é que o princípio "o filho rouba o qì de sua mãe". Por exemplo, em caso de fogo do fígado, nós podemos dispersar o fogo do coração para atenuar o excesso do fígado. Este método é particularmente explorado em acupuntura. Ele é desenvolvido na obra : "L'acupuncture pratiquée en Chine : les traitements efficaces ", Editora Guy Trédaniel.

c - Nutrir a água para molhar a madeira (zī shuĭ hán mù 滋水涵木)

Em caso de deficiência do yīn do fígado, nós produziremos o yīn dos rins porque água/rins gera a madeira/fígado. Trata-se de um caso específico do método "tonificar a mãe". Deve-se notar que o termo zī (滋) significa crescer, nutrir, reproduzir, multiplicar, mas também suco, umedecer, irrigar... Integra portanto a ideia de nutrir umedecendo ou produzindo líquidos. Os líquidos são uma substância yīn. Além disso, o caractere zī (滋) contém o radical "água" 氵. É a razão pela qual zī (滋) é utilizado essencialmente para expressar uma tonificação do yīn, em especial dos rins ou do fígado.

d - Cultivar a terra para gerar o metal (péi tŭ shēng jīn 培土生金)

Trata-se de um método terapêutico utilizado para a deficiência de qì do pulmão. Esta está quase sempre associada a uma deficiência de qì do baço. Estes dois órgãos são os mestres do qì. Segundo a lei de geração, a terra/baço gera o metal/pulmão. Mesmo se o baço não estiver em deficiência, ao tonificá-lo nós favorecemos o qì do pulmão. Trata-se novamente de uma aplicação direta do método "em caso de deficiência, deve-se tonificar a mãe".

e - Aumentar o fogo para tonificar a terra (yì huǒ bǔ tǔ 益火补土)

Em caso de deficiência do yáng do baço, nós aquecemos o yáng dos rins para que ele dê suporte ao yáng da terra. Segundo o princípio de geração dos cinco movimentos, podemos utilizar o fogo do coração para tonificar a terra. Mas também é possível utilizar o yáng da água para reforçar o yáng da terra. Isto se explica pelo fato de que os rins dividem com o coração o privilégio de governar o fogo no organismo. O coração tem uma relação com o fogo imperial e os rins com o fogo ministerial. Ver o capítulo sobre estes dois órgãos.

f - Gerar simultaneamente o fogo e a água (jīn shuǐ xiāng shēng 金水相生)

Trata-se de uma situação onde o yīn e o yang dos rins estão deficientes. Neste caso, o pulmão perde sua capacidade de fazer descender os líquidos para os rins, o que priva este último de nutrição. O metal não gera mais a água. Ao mesmo tempo, é preciso saber que o yīn dos rins constitui o que nós chamamos o "yīn verdadeiro" que representa a reserva essencial de yīn através do armazenamento do jīng[35]. Em caso de deficiência de yīn, os rins não umidificam o pulmão que se empobrece. Temos, portanto, que fazer uma dupla tonificação do yīn.

g - Moderar aquele é forte (yì qiáng 抑强)

É um método terapêutico que se aplica quando um órgão explora outro (princípio de exploração chéng 乘), ou seja, quando um controlador atua exageradamente sobre o controlado. Por exemplo, em caso de plenitude do fígado, devemos moderar o fígado para evitar que ele ataque transversalmente o baço e provoque uma desarmonia fígado/baço. Deve-se notar que yì (抑) significa também reprimir, forçar, constranger, oprimir. Nós preferimos o termo "moderar" que tem uma relação maior com a noção de busca da harmonia, presente na medicina chinesa.

h - Sustentar aquele que está fraco (fú ruò 扶弱)

É um método terapêutico que se aplica quando o controlador não exerce suficientemente seu papel frente ao controlado, provocando um excesso neste último. Por exemplo, em caso de deficiência de fígado, as funções de livre circulação e de evacuação se atenuam induzindo uma diminuição das funções de transporte e transformação do baço. É o que nós chamamos "a madeira não faz a terra circular livremente" (mù bù shū tǔ 木不疏土).

i - Moderar a madeira e sustentar a terra (yì mù fú tǔ 抑木扶土)

Trata-se de um método terapêutico que é utilizado em caso de desarmonia do fígado/baço. O qì do fígado não circulando livremente, se acumula, torna-se em excesso e explora a terra. Ao mesmo tempo o qì do baço se enfraquece e torna-se deficiente. E preciso, então, moderar o excesso do fígado e dar suporte ao qì deficiente do baço.

j - Cultivar a terra e conter a água (péi tǔ zhì shuǐ 培土制水)

Em caso de deficiência do yáng do baço, as funções de transporte/transformação se enfraquecem, a

---

[35]Ver capítulo sobre os rins.

água não é mais transformada corretamente e transborda. O yáng do baço é sustentado fisiologicamente pelo yáng dos rins. Se este último estiver deficiente, pode induzir uma deficiência do yáng do baço. Novamente, isto pode ser a origem do transbordamento de líquidos. Temos aqui um caso de insulto de água em direção à terra. Este método terapêutico consiste em aquecer e tonificar o yáng do baço para tratar o excesso de líquidos.

k - Auxiliar o metal para acalmar a madeira (zuǒ jīn píng mù 佐金平木)

Trata-se de um método terapêutico que responde à síndrome "O fogo da madeira pune o metal" ou ainda "O fogo do fígado ataca o pulmão". Neste caso, devemos favorecer as funções de descendência do pulmão para ajudar na drenagem do fogo do fígado que invade o pulmão. Isto permite clarear e drenar o calor nos dois órgãos.

l - Purgar o sul e tonificar o norte (xiè nán bǔ běi 泻南补北)

Nós sabemos que o sul é associado ao coração e o norte é associado aos rins, que o fogo é associado ao coração e a água é associada aos rins. Este método terapêutico corresponde à síndrome de deficiência do yīn (água) dos rins que não controla o yáng (fogo) ou ainda àquele que é chamado "coração e rins não estão unidos". Neste caso, é preciso purgar o excesso de fogo ao sul ao nível do coração e produzir água no norte ao nível dos rins.

IX - Limitações e más interpretações dos cinco movimentos

Ainda que sedutora, a teoria dos cinco movimentos possui algumas limitações e é a origem de divagações famosas no ocidente. Estas se afastaram do sentido original da filosofia dos cinco movimentos e também dos princípios ortodoxos da medicina chinesa. Em outras palavras, foram inventados novos sistemas médicos que, ainda que ditos tradicionais, nada tem a ver com a cultura chinesa. Isto não é uma crítica em si. O homem tendo um espírito criativo, é normal que novas ideias possam aparecer. Mas, por outro lado, o que é lamentável, é que se tenha pretendido "redescobrir" uma verdadeira tradição sem se quer ter se preocupado em entendê-la ou ainda, que se tenha dissimulado para o público que estas novas teorias eram uma visão pessoal da tradição chinesa.

A divagação mais grave me parece a de ter tentado explicar toda a complexidade da vida apenas pelos cinco movimentos e o yīn yáng, de trazer toda a medicina chinesa para os cinco movimentos. Nem passaria pela cabeça de um chinês utilizar apenas a teoria dos cinco movimentos para inventar um sistema médico. E como se Mozart só tivesse utilizado os violinos e os pianos para criar as sinfonias. Isto até seria possível, mas estaria longe da sutileza e da grandeza de sua obra. Este sistema conceitual, ainda que genial e indispensável, raramente é suficiente para responder sozinho à complexidade do ser humano. Isolado do resto do corpo teórico, torna-se uma regra rígida e estreita, difícil de ser usada corretamente se tida como sistema de referência principal. Ela só apresenta seu verdadeiro auge através dos outros conceitos da medicina chinesa. Tenho a impressão que os cinco movimentos são uma "matriz" de pensamento que permite a expressão de outras teorias mais específicas que são mais

realizáveis, mais realistas, mais aplicáveis. Reduzir a medicina chinesa à teoria do yīn yáng e dos cinco movimentos é uma invenção e um contrassenso bem ocidental que trai inclusive o fundamento da filosofia da medicina chinesa. É divertido constatar que os grandes mestres que fizeram evoluir o sistema médico chinês, como Zhāng Zhòng Jǐng, Sūn Sī Miǎo, Lǐ Dōng Yuán, Zhāng Jiè Bīn, Yè Tiān Shì, apenas para citar alguns, não desenvolveram métodos especialmente baseados sobre os cinco movimentos.



Ilustração da dinastia Tang de Zhāng Zhòng Jǐng 张仲景 *(150 - 219?), Um dos mais importantes personagens da tradição médica chinesa*

Quais são as limitações dos cinco movimentos? Eu já assinalei algumas anteriormente e acrescentarei outras mais. Parece-me que, às vezes, a teoria dos cinco movimentos é por demais teórica e pouco realista. Algumas vezes ela dá a impressão que se força um raciocínio para que ela pareça coerente. Por exemplo, quando dizemos: "Os rins tendem a sofrer com o frio no inverno. O fígado tende a sofrer com o vento na primavera. O coração tende a sofrer com o calor no verão. A terra tende a sofrer na interestação. O pulmão tende a sofrer com a secura do outono". É verdade que os órgãos tendem a sofrer com os excessos climáticos na estação a qual eles estão associados. Mas por outro lado, a clínica nos demonstra que eles também podem sofrer com os outros fatores climáticos das outras estações. Os órgãos não tem a exclusividade patológica de cada clima ou estação. Uma observação atenta da realidade nos permite dizer que as correspondências dos cinco movimentos nem sempre têm a confiabilidade nas situações práticas e concretas.

É, por vezes, um sistema simplista. Por exemplo, quando se diz : "os rins manifestam seus problemas nas orelhas, ossos, cabelos e região lombar...", está correto. No entanto, não se pode esquecer que as doenças das orelhas, só para usar um exemplo, podem também vir de um desequilíbrio do fígado, do qì e do sangue, de mucosidade, de vento frio, de vento calor, de vento umidade, um bloqueio do qì no canal da

vesícula biliar, do intestino delgado ou do triplo aquecedor, etc. Mas isto é evidente, vocês me diriam. Não tenho tanta certeza, porque não sei quantas vezes já ouvi de estudantes, de colegas e, pior ainda, de professores este tipo de tolice : "é uma doença da orelha, então são os rins que estão com problemas". De fato, isto pode vir dos rins ou de milhões de outras coisas. Este tipo de raciocínio simplificado está completamente fora da realidade clínica que é bem mais complexa e sútil.

Chamamos a atenção para outra falha deste sistema. Me parece que os métodos de tratamento que utilizam os cinco movimentos nem sempre funcionam na prática. Atenção, o método mãe/filho ao nível terapêutico foi uma grande invenção, mas me parece, mais uma vez, limitado em situações patológicas complexas. Eu raramente vejo uma deficiência de baço que provoca uma deficiência de pulmão. Por outro lado, é comum observarmos uma situação intrincada como: umidade-calor, deficiência de baço, deficiência dos rins, estase de sangue e depressão do fígado em um mesmo paciente. Os métodos terapêuticos dos cinco movimentos são sempre unilaterais, às vezes bilaterais e trilaterais no melhor dos casos. Ainda que em teoria, possamos utilizar os princípios de geração, controle, exploração e insulto para explicar como se articula uma doença, é difícil explicar os mecanismos patológicos de casos complicados só com estes parâmetros. Daí resulta uma falta de profundidade na compreensão dos problemas e na maneira de tratá-los.

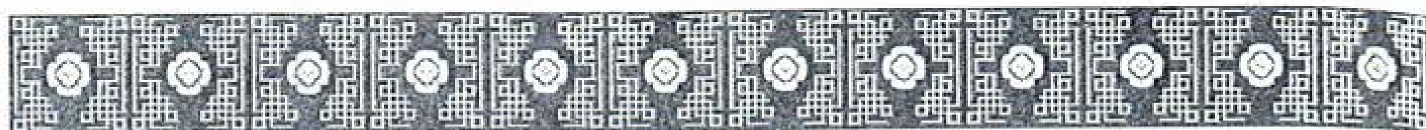
Além disso, estudando todos os métodos terapêuticos que são citados nos tratados antigos ou contemporâneos de medicina chinesa, tais como "cultivar a terra para gerar o metal", nós nos damos conta que nem todos os casos possíveis utilizando os princípios shēng (生), kè (克), chéng (乘), wǔ (侮) são citados. Isto é curioso quando sabemos que a terminologia chinesa e a classificação dos princípios, regras, leis, são geralmente rigorosas, exatas, até mesmo detalhistas. E por que? Simplesmente porque os chineses evocam apenas aquilo que realmente funciona na prática clínica e deixam de lado o resto naturalmente e isto desde o princípio dos tempos.

Por todas estas razões é que eu não me animo a desenvolver muito a rubrica "Aplicação da teoria dos cinco movimentos em medicina chinesa". Os cinco movimentos por si mesmos não constituem um sistema completo o suficiente para tratar pacientes corretamente. Por outro lado, repetimos que eles servem, assim como as teorias do yīn yáng, como base fundamental essencial à elaboração de todas as outras facetas do sistema médico chinês.

Conclusão

Alguns poderiam achar ingênua esta forma de abordar o ser vivo. De fato, a realidade é algo bem mais complicada para que se possa querer ser dono da verdade. As teorias do yīn yáng e dos cinco movimentos são antes de mais nada instrumentos exploratórios que permitem uma representação do mundo. Esta é baseada na analogia, simbologia, metáfora, alegoria. Não se deve tomar estes conceitos de maneira simplista, no primeiro nível, mas compreender o sentido sutil por trás das noções filosóficas ancestrais. A utilização de imagens simples, como por exemplo, a água gera a madeira, vai além da ideia físico-química ou de um simples meio que facilite a memorização, ainda que estes dois aspectos estejam

integrados nos ensinamentos. É uma técnica para abrir a consciência para conhecimentos sutis que são difíceis de serem acessados pelo mental. Sem querer cair num esoterismo de salões de chá, é claro que estes grandes conceitos recobrem bem mais do que poderíamos pensar num primeiro momento.



ANEXO :
OS DEZ TRONCOS CELESTES E OS DOZE RAMOS TERRESTRES

Tiān Gān – Dì Zhī 天干- 地支

Desde a época dos Zhou (que inicia em 1221 a.C.) os chineses têm utilizado um calendário baseado no ciclo sexagesimal (60 anos) que resulta na associação de 12 ramos terrestres e dez troncos celestes. O primeiro ano do calendário é designado pela combinação do primeiro tronco com o primeiro ramo. O segundo ano é designado pela combinação do segundo tronco e do segundo ramo, o décimo-primeiro ano é designado pela combinação do primeiro tronco e do décimo-primeiro ramo, etc. Em 2000, foi o ano da combinação do sétimo tronco e do quinto ramo sob a égide do dragão. Os troncos e os ramos servem simplesmente para organizar a divisão, mas também para apresentar as características de cada período do calendário.

Atribui-se a criação do calendário ao Imperador Amarelo Huáng Dì que é um dos fundadores míticos da civilização chinesa. O primeiro ano remonta à 2697 a.C. Este calendário não é mais usado administrativamente mas ainda é conservado na prática no calendário lunar que serve para calcular as festas religiosas e populares, assim como os dias favoráveis (abertos) ou desfavoráveis (fechados) para as atividades humanas que encontramos no almanaque chinês: o Tōng Shū (通书).

Diz-se que o homem está situado entre o céu e a terra. Os ramos terrestres são as influências da terra, os troncos celestes são as influências do céu. O ser-humano se banha no fluxo de energias provenientes desta troca entre céu e terra. Os ramos terrestres e os dez troncos celestes representam os movimentos de qì.

Os troncos celestes (tiān gān 天干) ou ainda os dez troncos (shí gān 十干) servem para enumerar os períodos (1, 2, 3...) e indicam a característica destes. Cada um possui a natureza de um dos cinco movimentos (madeira, fogo, terra, metal ou água) mais aquela do yīn ou do yáng. Desta forma, o primeiro tronco celeste jiă (甲) é associado à madeira e ao yáng. O segundo tronco celeste yĭ (乙) é associado à madeira e ao yīn. Os troncos são uma extensão da classificação dos cinco movimentos uma vez que eles podem dizer que jiă (甲) corresponde ao yáng do fígado (madeira) e yĭ (乙) ao yīn do fígado (madeira). Em certas classificações, a combinação dois a dois dos troncos celestes de mesma essência servem para designar os territórios, as estações, os movimentos, os planetas, as cores, os sons, os sabores, os órgãos, as virtudes. São, portanto, um complemento da classificação dos cinco movimentos.

TRONCOS CÉLESTES	jiă 甲 yĭ 乙	bĭng 丙 dīng 丁	wù 戊 jĭ 己	gēng 庚 xīn 辛	rén 壬 guĭ 癸
Territórios	Leste	Sul	Centro	Oeste	Norte
Estações	Primavera	Verão		Outono	Inverno
Movimentos	Madeira	Fogo	Terra	Metal	Água
Planetas	Júpiter	Marte	Saturno	Vênus	Mercúrio
Cores	Verde	Vermelho	Amarelo	Branco	Preto
Sons	Jué (角)	Zhĭ (徵)	Gōng (宫)	Shāng (商)	Yŭ (羽)
Sabores	Ácido	Amargo	Doce	Picante	Salgado
Órgãos	Fígado	Coração	Baço	Pulmão	Rins
Virtude	rén 仁 Benevolência	lĭ 礼 Cortesia	xìn 信 Sinceridade	yì 义 Retidão	zhì 智 Sabedoria
Ramos Terrestres	yín (寅) mǎo (卯)	sì (巳) wŭ (午)	chŏu (丑) chén (辰) wèi (未) xū (戌)	shēn (申) yǒu (酉)	zĭ (子) hài (亥)

Os ramos terrestres (dì zhī 地支) ou ainda os doze ramos (shí èr zhī 十二支) servem principalmente para designar as horas. Cada um dos ramos terrestres é associado a um animal simbólico, aqueles da "astrologia" chinesa. São os mesmos animais que dão seus nomes aos anos do calendário sexagesimal. Eles permitem igualmente indicar as direções (por exemplo noroeste).

RAMOS TERRESTRES	ANIMAL	HORA	DIREÇÃO
zĭ (子)	Rato	23h-1h	Norte
chŏu (丑)	Boi	1h-3h	Norte-nordeste
yín (寅)	Tigre	3h-5h	Leste-nordeste
mǎo (卯)	Coelho	5h-7h	Leste
chén (辰)	Dragão	7h-9h	Leste-sudeste
sì (巳)	Serpente	9h-11h	Sul-sudeste
wŭ (午)	Cavalo	11h-13h	Sul
wèi (未)	Cabra	13h-15h	Sul-sudoeste
shēn (申)	Macaco	15h-17h	Oeste-sudoeste
yǒu (酉)	Galo	17h-19h	Oeste
xū (戌)	Cachorro	19h-21h	Oeste-noroeste
hài (亥)	Porco	21h-23h	Norte-noroeste

O calendário sexagesimal mostra os ciclos e os ritmos que animam o mundo manifestado, incluindo as características do yīn yáng e dos cinco movimentos.

Em termos clínicos, vimos que o primeiro tronco de uma mesma dupla é yáng, enquanto o segundo é yīn. Isto é importante quando se aplica este sistema aos órgãos. Jiă (甲) é o yáng do fígado, yĭ (乙) é o yīn do fígado, bĭng (丙) o yáng do coração, dīng (丁) o yīn do coração, etc. Uma aplicação "sutil" da medicina chinesa utiliza os cálculos dos troncos e dos ramos para determinar as características de cada ser-humano, prevendo suas forças e suas fraquezas no aspecto de saúde, permitindo assim modificar tendências patológicas do indivíduo e levá-lo ao equilíbrio.

Como o calendário sexagesimal permite igualmente prever as características meteorológicas de uma época e cada clima tende a gerar patologias bem precisas, o sistema também pode prever a chegada de algumas doenças. Nós observamos que algumas afecções podiam pontualmente atingir numerosas pessoas: epidemias de gastroenterites, infecções pulmonares, reaparecimento de dores reumáticas, etc. A triste hecatombe devida à canícula do verão de 2003 era previsível pela observação dos troncos e ramos. Portanto, é possível prevenir, até mesmo tratar o mal antes que ele se desenvolva na pessoa em risco. O sistema permite calcular os pontos de acupuntura mais apropriados num dado momento ou determinar os pontos mais potentes no momento do tratamento (que leva em conta o dia e a hora). Pode-se então falar em uma forma de cronoacupuntura que em chinês se chama : zĭ wŭ liú zhù 子午流注. Esta integra dois métodos: um baseado nos troncos celestes (chamado jiă 甲) e ligado ao ciclo anual, o outro fundado nos ramos terrestres (chamado zĭ 子) e ligado ao ciclo circadiano. Nos dois casos, trata-se de gerenciar os fluxos e refluxos do qì segundo as regras do yīn yáng e dos cinco movimentos que regem o universo manifestado. Importante ressaltar que o Nèi Jīng (Clássico interno), em vários capítulos, destina longas passagens ao desenvolvimento destas teorias.



Diagrama reunindo os troncos celestes, ramos terrestres e os oito trigramas

Glossário de termos médicos chineses

Terminologia referente à teoria dos cinco movimentos (WU XING). Trata-se de um "mínimo cultural" que todo estudante de medicina chinesa deve conhecer mesmo que não tenha a ambição de estudar o chinês médico, pois estas expressões fazem parte da base teórica da medicina chinesa.

TEORIA DOS CINCO MOVIMENTOS (WU XÍNG 五行)

PINYIN	PORTUGUÊS	CHINÊS MODERNO
Běi	Norte	北
bǔ mǔ	Tonificar a mãe	补母
bǔ tǔ pài	Escola da tonificação da terra (escola de Li Dong Yuan)	补土派
bǔ tǔ zhì shǔi	Tonificar a terra para controlar a água	补土制水
chā xià	Falso verão (quinta sessão-período entre o verão e o outono)	差夏
cháng xià	Verão prolongado	长夏
Chéng	Exploração (princípio dos cinco movimentos).	乘
chūn wēn bìng	Doença febril da primavera	春温病
Dì	Terra	地
dì zhī péi zàng fǔ	Ramos terrestres são associados aos órgãos--Zang e às vísceras-Fu.	地支配脏腑
dīng rén huà mù	Ding e Ren se transformam em madeira	丁壬化木
dōng	Leste, oriente.	东
dōng	Inverno	冬
fǎn kè	controle inverso	反克
fèi jīn	Pulmão-metal	肺金
fèi shǔ jīn	Pulmão pertence ao metal	肺属金
fēng	Vento	风
fēng bǎi bìng zhī zhǎng	Vento é o chefe das cem doenças	风为百病之长
fēng shuǐ	Feng Shui (literalmente vento e água). Edema vento.	风水
fú ruò	Auxiliar o fraco (ou auxiliar o que está fraco).	扶弱
fú tǔ	Auxiliar a terra	扶土
fù qì	Qi de retorno	复气
gān huǒ fàn fèi	Fogo do fígado ataca o pulmão	肝火犯肺
gān mù	Fígado-madeira	肝木
gān mù chéng pí	Fígado-madeira explora o baço	肝木乘脾
gān mù kè tǔ	Fígado-madeira controla a terra	肝木克土
gān pí bù hé	Desarmonia fígado baço. O fígado e o baço não estã em harmonia.	肝脾不和
gān qì chéng pí	Qi do fígado explora o baço	肝气乘脾
gān qì fàn pí	Qi do fígado ataca o baço	肝气犯脾
gān qì fàn wèi	Qi do fígado ataca o estômago	肝气犯胃
gān shǔ mù	Fígado pertence à madeira	肝属木

PINYIN	PORTUGUÊS	CHINÊS MODERNO
gān wéi fēng mù zhī zàng	Fígado é órgão-Zang do vento e da madeira	肝为风木之脏
gān wù fēng	Fígado teme o vento	肝恶风
huǒ	Fogo	火
huǒ kè jīn	Fogo controla metal	火克金
huǒ shēng tǔ	Fogo gera a terra	火生土
huǒ wàng	Fogo próspero	火旺
huǒ wàng xíng jīn	Fogo próspero castiga o metal	火旺刑金
huǒ wéi yáng shuǐ wéi yīn	Fogo é Yang, água e Yin	火为阳水为阴
huǒ wèi	Localização (local) do fogo	火位
huǒ yùn	Movimento (cíclico) fogo	火运
jīn	Metal	金
jīn bù shēng shuǐ	Metal não gera a água	金不生水
jīn hán shuǐ lěng	Frio do metal e da água	金寒水冷
jīn kè mǔ	Metal controla a madeira	金克木
jīn pò bù míng	Metal quebrado não produz som	金破不鸣
jīn qì sù jiàng	Qi do metal descende	金气肃降
jīn shēng shuǐ	Metal gera água	金生水
jīn shí bù míng	Metal em plenitude não produz som puro	金实不鸣
jīn shǔi xiāng shēng	Metal e água produzem-se mutuamente	金水相生
jīn shǔi xiāng shēng fǎ	Método de produção mútua do metal e da água	金水相生法
jīn wèi	Localização (local) do metal	金位
jīn yùn	Movimento (cíclico) metal	金运
jìn huǒ fǎ	Método de promoção do fogo	进火法
jìn shuǐ fǎ	Método de promoção da água	进水法
kè	Controle (nos cinco movimentos)	克
kè	Visitante. Anfitrião. Convidado.	客
kè yùn	Movimento cíclico (ou período) convidado	客运
kè zhǔ jiā lín	Convidado se junta ao anfitrião	客主加临
mǎo yǒu zhǔ jīn	Mao e You governam o metal	卯酉主金
mǔ	Mãe	母
mǔ néng lìng zǐ xū	Mãe é capaz de esvaziar seu filho	母能令子虚
mǔ qì	Qi da mãe (nos cinco movimentos)	母气
mǔ bìng jí zǐ	Doença da mãe atinge o filho	母病及子
mù	Madeira (um dos cinco movimentos)	木
mù chèng tǔ	Madeira explora a terra	木乘土
mù huǒ xíng jīn	Fogo da madeira castiga o metal	木火刑金
mù kàng chéng tǔ	Madeira hiperativa explora a terra	木亢乘土
mù kè tǔ	Madeira controla a terra	木克土
mù shēng hǔo	Madeira produz o fogo	木生火
mù wàng chèng tǔ	Madeira próspera (excessiva) explora a terra	木旺乘土
mù wàng shēng huǒ	Madeira próspera gera o fogo	木旺生火
mù wèi	Localização (local) da madeira	木位
mù xǐ tiáo dá	Madeira gosta da ordem e de se expandir	木喜条达

PINYIN	PORTUGUÊS	CHINÊS MODERNO
mù yù dá zhī	Depressão da madeira impulsionar	木郁达之
mù yù huà fēng	Depressão da madeira se transforma em vento	木郁化风
mù yù huà huǒ	Depressão da madeira se transforma em fogo	木郁化火
mù yùn	Movimento (cíclico) madeira	木运
nán	Sul	南
péi tǔ	Cultivar a terra	培土
péi tǔ shēng jīn	Cultivar a terra para gerar o metal	培土生金
péi tǔ shēng jīn fǎ	Método de cultivar a terra para gerar o metal	培土生金法
péi tǔ yì mù	Cultivar a terra e conter a madeira	培土抑木
péi tǔ zhì shuǐ	Cultivar a terra para controlar a água	培土制水
pí shǔ tǔ	Baço pertence à terra	脾属土
pí tǔ	Baço terra	脾土
pí xū mù chéng	Deficiência de baço e exploração pela madeira. O baço em deficiência é explorada pela madeira.	脾虚木乘
qì gōng	Qi Gong (literalmente trabalho do sopro)	气功
qiū	Outono. Ano. Momento, período.	秋
rè shèng qí	Período de calor exuberante	热盛期
shèn shǔ shuǐ	Rins pertencem à água	肾属水
shèn wéi shuǐ zhī xià yuán	Rins são a fonte inferior da água	肾为水之下源
shèn zhǔ shuǐ	Rins governam a água	肾主水
shēng	Gerar. Geração (cinco movimentos). Produzir. Produção. Fresco (farmacologia).	生
shēng wǒ wèi mǔ	Aquela que gera é a mãe	生我为母
shèng qì	Qi vencedor	胜气
shí xíng	Movimento sazonal.	时行
shū	Livre circulação. Fazer circular com fluidez. Dispersar.	疏
shǔ	Canícula	暑
shuǐ	Água	水
shuǐ bù hán mù	Água não penetra a madeira	水不涵木
shuǐ bú jì huǒ	Água não auxilia o fogo	水不济火
shuǐ bú shēng mǔ	Água não gera a madeira	水不生木
shuǐ kè huǒ	Água controla o fogo	水克火
shuǐ kuī huǒ wàng	Falta de água e fogo próspero (excessivo)	水亏火旺
shuǐ kuī huǒ yán	Falta de água, o fogo se inflama. O fogo se inflama por causa da falta de água.	水亏火炎
shuǐ shēng mù	Água gera a madeira	水生木
shuǐ wèi	Localização (local) da água	水位
shuǐ xū huǒ wàng	Água vazia e fogo extravagante	水虚火妄
shuǐ yùn	Movimento (cíclico) água	水运
sì shí	Quatro estações	四时
sì shí bú zhèng zhī qì	Qi das quatro estações não está correto	四时不正之气

PINYIN	PORTUGUÊS	CHINÊS MODERNO
sì zhěn	Os quatro exames. Os quatro diagnósticos	四诊
suì huì	Clima do ano	岁会
suì qì	Qi do ano	岁气
suì yùn	Movimento (cíclico) do ano	岁运
tǔ	Terra (húmus)	土
tǔ bù zhì shuǐ	Terra não restringe a água	土不制水
tǔ kè shǔi	Terra controla a água	土克水
tǔ shēng jīn	Terra produz o metal	土生金
tǔ shēng wàn wù	Terra gera os dez mil seres	土生万物
tǔ wèi	Localização (local) da terra	土位
tǔ xǐ wēn zào	Terra gosta do morno e da secura	土喜温燥
tǔ xū mù chèng	Terra está vazia, a madeira a explora	土虚木乘
tǔ xū shuǐ wǔ	Terra está vazia, a água a insulta	土虚水侮
tǔ yuán jià sè	Terra é semeada e gera colheita	土爰稼穑
tǔ yuán jià qiáng	Terra é a fonte de cereais	土爰稼樯
tǔ yùn	Movimento (cíclico) terra	土运
wǔ fāng	Cinco direções (norte, sul, leste, oeste e centro)	五方
wǔ fāng pèi wǔ xíng	Cinco direções associadas aos cinco movimentos	五方配五行
wǔ fǔ pèi wǔ xíng	Cinco vísceras-Fu associadas aos cinco movimentos	五腑配五行
wǔ jì	Cinco estações	五季
wǔ jì pèi wǔ xíng	Cinco estações associadas aos cinco movimentos	五季配五行
wǔ qì pèi wǔ xíng	Cinco climas associados aos cinco movimentos	五气配五行
wǔ sè	Cinco cores	五色
wǔ shèng	Cinco dominações. Os cinco controles (nos cinco movimentos)	五胜
wǔ shí	Cinco estações	五时
wǔ wèi	Cinco sabores	五味
wǔ xíng	Cinco movimentos	五行
wǔ xíng guī lèi	Classificação de acordo com os cinco movimentos	五行归类
wǔ xíng mǔ zǐ xiāng jí	Relações mãe-filho nos cinco movimentos	五行母子相及
wǔ xíng xiāng chéng	Exploração mútua nos cinco movimentos	五行相乘
wǔ xíng xiāng kè	Controle mútuo nos cinco movimentos	五行相克
wǔ xíng xiāng shēng	Geração mútua nos cinco movimentos	五行相生
wǔ xíng xiāng wǔ	Insulto mútuo nos cinco movimentos	五行相侮
wǔ xíng xué shuō	Teoria dos cinco movimentos	五行学说
wǔ xíng zhì huà	Restrição e transformação nos cinco movimentos	五行制化
wǔ yùn	Cinco movimentos (cíclicos)	五运

PINYIN	PORTUGUÊS	CHINÊS MODERNO
wǔ zàng pèi wǔ xíng	Cinco órgãos-Zang associados aos cinco movimentos	五脏配五行
wǔ	Insulto (nos cinco movimentos)	侮
xī	Oeste. Ocidente	西
xiāng wǔ	Insulto (princípio)	相侮
xiè nán bǔ běi	Drenar o sul, tonificar o norte.	泻南补北
xiè zǐ	Drenar o filho	泻子
yì huǒ péi tǔ fǎ	Método de apoiar o fogo para cultivar a terra	益火培土法
yì huǒ shēng tǔ	Apoiar (aumentar) o fogo (para) gerar a terra	益火生土
yì mù fú tǔ	Conter a madeira para auxiliar a terra	抑木扶土
yì qiáng	Conter o que está forte	抑强
zhèng	Síndrome. Sintoma. Sinal.	证
zhì huà	Controle e transformação	制化
zī shuǐ hán mù	Nutrir a água e penetrar a madeira	滋水涵木
zī shuǐ zhì huǒ	Nutrir a água, conter o fogo.	滋水制火
zǐ bìng fàn mǔ	Doença do filho ataca a mãe	子病犯母
zǐ bìng jí mǔ	Doença do filho atinge a mãe	子病及母
zǐ dào mǔ qì	Filho rouba o Qi da mãe	子盗母气
zéi	Destruição. Vencedor.	贼
zǐ mǔ bǔ xiè fǎ	Método de tonificação e/ou dispersão (segundo o princípio) mãe filho	子母补泻法
zǐ qì	Qi do filho (nos cinco movimentos)	子气
zuǒ jīn píng mù fǎ	Método para auxiliar o metal e acalmar a madeira	佐金平木法

CAPÍTULO 4

QÌ

气

"O qì é o governador do corpo, a mãe do espírito, o FUNDAMENTO DAS TRÊS POTÊNCIAS, a origem dos dez mil seres, as transmutações do Dào",

(Sù Wèn Xuán Jī Yuán Bìng Shì - Regras dos mecanismos e da origem das doenças baseadas nas questões simples)

AVISO :

A noção do qì é, por razões culturais, difícil de ser compreendida no nosso mundo ocidental. Isto favorece inúmeras interpretações errôneas ou desprovidas de fundamento. Para tentar colocá-la de forma mais clara, assim como para as outras teorias fundamentais complexas (yīn yáng, wǔ xíng, sān bǎo...), eu ilustrei minhas afirmações com numerosas citações vindas de textos antigos que são referências no assunto. O objetivo é justificar as ideias principais e eliminar ao máximo a subjetividade. Isto tem como consequência tornar mais lenta a dinâmica do texto. No entanto, é inevitável se quisermos evitar os desvios pessoais nefastos ao desenvolvimento acadêmico da medicina chinesa.

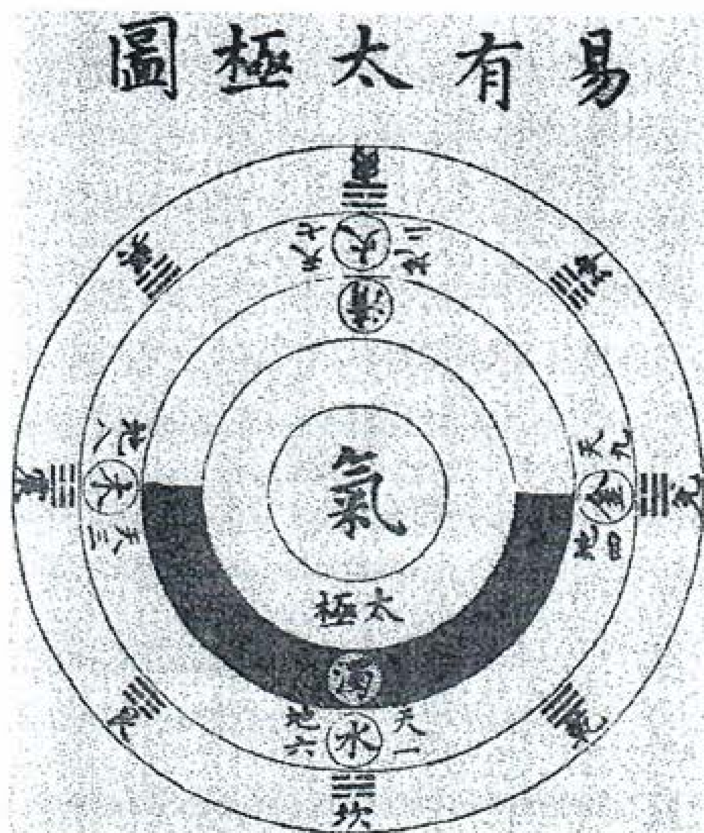
As teorias de base são também, paradoxalmente, as mais complexas, as mais sutis. Sem elas, o caminho para uma compreensão mais profunda dos conceitos que servem de base para a medicina chinesa não podem ser seguidos sem erros. O qì assim como o yīn e yáng, os cinco movimentos, os três tesouros (三宝), o jīng (精), o espírito (shén 神) são noções extremamente difíceis de serem dominadas profundamente. O qì, no entanto, possui um lugar particular neste universo, pois segundo o pensamento chinês dominante tudo é qì : o yīn, o yáng, a madeira, o fogo, a terra, o metal, a água, o jīng, o espírito... Compreender o conjunto destas noções é, antes de tudo, compreender de fato o que significa "qì" em medicina chinesa. Este capítulo, portanto, é fundamental.

I - Os fundamentos filosóficos

1- O qì 气 : ideia geral

Na China antiga, o qì é o sopro da vida, o dinamismo fundamental que dirige todas as manifestações do universo, incluindo os seres vivos. É ele que está na origem de todas as coisas, de todos os seres. É a força primordial que anima a criação. "O qì é a mãe do céu e da terra, a raiz do yīn e do yáng, a base da água e do fogo, o ancestral do sol e da lua e dos dez mil seres", (Jīn Dān Dà Yào – Pontos principais sobre a pílula da

imortalidade). Segundo o pensamento cosmológico, o qì é anterior à toda a criação e constitui o que nós chamamos universo [ou "vazio supremo" tài xū (太虚) ou "espaço vazio" xū kōng (虚空)]. O qì é a natureza intrínseca única de todas as coisas. Na intimidade mais profunda, não existe diferença entre os homens, as estrelas, o céu, a terra e o resto do universo. "O qì flutuante se agita e se desloca em todos os sentidos. Ao se concentrar ele se constitui em matéria e gera a multiplicidade dos homens e das coisas[1]", (Zhèng Méng – Iniciação corretas para os espíritos enevoados).



As principais propriedades do Qi:
- Movimento
- TRANSFORMAÇÃO

Ilustração retirada de Zhōu Yì Tú 周易图 (Diagramas de Zhōu Yì) de Yì Míng Jí 佚名辑, dinastia Song.
Este diagrama mostra que o qì está na origem de tudo: tài jí (太极), yīn e yáng, o turvo e o claro, os cinco movimentos, os oito trigramas...

Como já citamos no capítulo sobre o yīn e o yáng, o qì integra em si duas naturezas contrárias: o yáng qì, leve, sutil, ativo e o yīn qì, pesado, denso, calmo. É da interação destes dois qì opostos que o movimento nasce e transforma todas as coisas.

As principais propriedades do qì são o movimento e a transformação. Elas lhe permitem animar, fazer evoluir ou transmutar qualquer fenômeno, e tudo de maneira permanente. É isso que fez Isabelle Robinet dizer: "O universo se autocria, perpetuamente em uma evolução constante, em perpétua gênese e torna-se, a partir de um material único, o Sopro primordial (yuán qì) que não é nem matéria nem espírito[2]". Em outras palavras, o qì mais do que uma substância é uma sucessão incessante de transformações e de transmutações que fazem com que o mundo esteja em perpétua modificação, em constante renovação. Toda manifestação, material ou imaterial, física ou espiritual precedem do qì e de suas transformações incessantes.

1. Esta citação foi retirada de "História do pensamento chinês" de Anne Cheng, Ed. Seuil. Página 427.
2. História do Taoísmo. Editora Cerf. 1999.

As realidades mais concretas, a matéria, são uma condensação mais ou menos importante do qì. Qì e matéria são de mesma natureza. Quando a matéria se dissolve, se desagrega, ela volta a ser qì. Para a vida e a morte, o processo é o mesmo. O Zhuāng Zǐ sinaliza este fato : "[No] homem, a vida é um acúmulo de qì. [O qì] se acumula, então há vida, [o qì] se dispersa, então há a morte"

Para melhor assimilar o que representa o qì, nós iremos num primeiro momento ver a evolução do conceito através da história do pensamento chinês. Em seguida, nós desenvolveremos suas características chaves para finalmente ver como a medicina chinesa o incorporou em seu sistema. Na segunda parte, nós desenvolvemos os aspectos puramente técnicos e médicos.

2- O conceito do qì através da história do pensamento chinês

Antes de ser um conceito médico, o qì é um conceito filosófico na raiz do pensamento chinês. Para melhor assimilar suas múltiplas dimensões, é importante situá-lo primeiramente na história da civilização chinesa. Diferentes escolas de pensamento tentaram explicar o universo, o homem e a realidade através desta ideia. Elas se influenciaram mutuamente e refinaram pouco a pouco esta noção fundamental. Deve-se assinalar que quase todas, de maneira mais ou menos evidente, pensam que o conjunto de manifestações, concretas ou sutis são apenas expressões desta força única: o qì. Podemos considerar esta abordagem como uma forma de monismo[3].

No Shuō Wén Jiě Zì (Dicionário etimológico[4]), se diz : "O qì, é o qì das nuvens". Segundo o imaginário tradicional, a nuvens formadas a partir do vapor que sobe da terra. Originalmente um dos primeiros significados de qì é a força, a energia, o qì das nuvens que vem da troca entre a terra e o céu. Aqui se faz alusão à natureza dinâmica, leve, ascendente do qì que nasce da interação entre o céu e a terra.

Antes mesmo desta clara evocação datando do século II d. C., durante a dinastia Han, outros textos ou pensadores tinham evocado esta noção de maneira mais ou menos direta. Por exemplo, em Guó Yǔ (Discurso dos Reinos), é relatado que no século VIII a.C. um cientista chinês tinha explicado o fenômeno do tremor de terra em termos de desordem do qì do céu e da terra. Na época das Primaveras e Outonos (772-481), um famoso médico, Yī Hé (医和) sustentava que todas as substâncias palpáveis, que tem uma forma, eram feitas a partir do qì. À ele são atribuídas duas ideias fundamentais : "No céu, existem seis qì que ao descenderem geram os cinco sabores" e "Os seis qì são o yīn, o yáng, o vento, a chuva, a escuridão e a luz". A primeira ideia será reencontrada mais tarde no Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn (Questões simples do clássico interno do Imperador Amarelo), a segunda é fortemente influenciada pelos ensinamentos do Yì Jīng (Clássico das mutações). Para Yī Hé, os seis qì são fenômenos sem forma que tem o poder de se transformar, de se transmutar e que estão na origem da geração dos fenômenos que tem forma. O sem forma gera a forma. Aqui, pode-se reconhecer a influência da cosmogonia taoísta onde o não-Ser (wú 无) se transforma em Ser (yǒu 有), ou o wú jí (无极) origina o tài jí (太极).

3. O monismo é uma doutrina que considera que o mundo é formado por um único princípio.
4. A tradução dos títulos dos livros filosóficos antigos desta seção vem, em sua maioria, da "História do pensamento chinês" de Anne Cheng. Editora. Seuil.



Representação contemporâneas de Zhuāng Zǐ, um dos fundadores do Taoísmo original

O Zhuāng Zǐ (aproximadamente 350-275 a.C.), grande obra do taoísmo escrita na época dos Reinos Combatentes, aprofunda ainda mais este ponto de vista desenvolvendo a noção de vida e morte: "Se examinamos o princípio de tudo, não somente não havia vida, mas também não havia forma; não somente não havia forma mas também não havia qì. (...) Há transmutações[5], então há qì, se o qì transmuta, então há a forma, a forma se transmuta, então há vida. As transmutações continuam, então é a morte. O processo gira como a primavera, o verão, o outono e o inverno". Aqui é claramente posto que o qì, sem a forma, "existe" antes de todas as coisas manifestadas e que as formas concretas provém das transmutações do qì. Em outra parte do Zhuāng Zǐ este conceito é refinado: "[Para] o homem, a vida é um acúmulo de qì. [O qì] se acumula, então há vida, [O qì] se dispersa, então é a morte. (...) Assim tudo o que existe sob o céu não é nada mais do que qì".

O Zhuāng Zǐ não apenas define o que são a vida e a morte, mas define o qì como a origem de toda manifestação. O monismo da filosofia chinesa está estabelecido, o mundo é formado de um princípio único: o qì.

Ainda no período dos Reinos Combatentes (475-221 a.C), o Guǎn Zǐ, livro de filosofia e de política que a lenda atribui ao sábio Guǎn Yí Wú amplia as ideias principais do Zhuāng Zǐ : "[Se] há qì, então há vida, [Se] não há qì, então há morte, a vida é o qì". O Guǎn Zǐ traz uma nova explicação quando afirma que os fenômenos do pensamento são também uma manifestação das transmutações/transformações do qì: "A comunicação do qì induz vida, a vida induz o pensamento, o pensamento induz o conhecimento..."

A partir de Zhuāng Zǐ e de Guǎn Zǐ outros pensadores consideram o qì como a base de todas as coisas. O Hé Guān Zǐ (O mestre com chapéu de penas de faisão) foi provavelmente o primeiro texto a utilizar a expressão "qì original (yuán qì 元气)": "o céu e a terra são produzidos pelo qì original". Yuán (元) no pensamento chinês antigo corresponde à ideia de fonte, raiz, origem. O monismo chinês considera o qì como a fonte de todas as coisas e isso compreende o céu e a terra como assinala Hé Guān Zǐ. O Lǚ Shì Chūn Qiū (Primaveras e Outonos do Mestre Lu), outro grande texto de referência, apoia a ideia : "A fonte (yuán 元) é igual ao qì". É preciso entender aqui que a fonte de todas as coisas é o qì. Mais tarde, sob a dinastia Han, outros filósofos como Liú Xīn 刘歆 (32 a.C. – 23 d.C.), Wáng Chōng 王充 (27-100 a.C.) e Hé Xiū

5. Transmutação ou transmutar traduzem o termo biàn 变 que corresponde às transformações repentinas, bruscas, enquanto huà 化 corresponde às transformações progressivas, suaves. (Ver descrição detalhada destes termos na seção 4. "O qì é transformação").

何休 (129-182 d. C.) continuaram a sustentar estas ideias de base. Por exemplo, Hé Xiū diz : ""[O que se chama de] a fonte (yuán 元) é o qì. Ela começa sem forma. [Quando o qì se transforma] em forma, pode ser dividido, criando o céu e a terra..."

Desta forma, as bases conceituais da noção de qì e de qì original foram estabelecidas na época das Primaveras e Outonos, dos Reinos Combatentes, das dinastias Qìn e Han. Após estas épocas chaves, estas teorias foram amplamente aceitas e confirmadas, até mesmo completadas ao longo da história da China imperial. Por exemplo, sob a dinastia Tang (618-907), Liǔ Zōng Yuán 柳宗元 (773-819) achava que o qì original (yuán qì 元气) existia antes que o céu e a terra fossem criados. Yuán qì é a raiz e o começo do céu e da terra. Funciona naturalmente, sem nenhuma restrição.

Sob a dinastia Song (960-1279), Zhāng Zài desenvolveu a noção de qì. Assim como para seus antecessores, o qì é o elemento base do universo. No início, o qì[6] está num estado indiferenciado, sem forma, não manifestado no meio do caos original. Ele mantém todas as potencialidades do universo, forma o vazio supremo (tài xū 太虚) descrito pelo Dào Yuán (A fonte do Dào) ou Guǎn Zǐ. Esta etapa é chamada grande harmonia (tài hé 太和). Tài hé é o qì original, em seu estado mais puro, na sua totalidade, bem antes de se manifestar. No momento da criação, o caos se abre e se dispersa, se diversifica, se divide, se acumula gerando os dez mil seres e as formas. Para este grande pensador, o qì é a "matéria-prima", indiferenciada, sutil e sem forma que constitui todas as coisas e os seres manifestados. Além disso, Zhāng Zài define as relações entre o qì e a forma, o qì e a natureza (xìng 性[7]), o qì e o espírito (shén 神), o qì e o princípio (lǐ 理[8]).

No final da dinastia Ming e começo da dinastia Qìng, Wáng Fū Zhī 王夫之 (1619-1692) e Dài Zhèn 戴震 (1724-1777) contribuíram para o desenvolvimento teórico da noção de qì. Por exemplo, Wáng Fū Zhī diz: "[Quando se] falar do mental, da natureza inata (xìng 性), do céu e do princípio (lǐ 理), o qì deve estar implicado, sem o qì não há nada". Continua a dizer que tudo, inclusive nossa atividade mental, nossos sentimentos mais nobres, nossa estrutura íntima vem do qì. Mais tarde, na época moderna, outros estudiosos utilizaram a noção de qì para explicar o mundo e seu funcionamento. No entanto, ela foi estabelecida há 2500 anos. O que é fascinante é que não houve nenhuma grande oposição a este conceito de qì. Nenhum estudioso, pesquisador, filósofo ou cientista questionou esta noção durante toda a história conhecida da China. Até mesmo Wáng Chōng 王充 que criticou com bastante força algumas incoerências e superstições do pensamento taoísta e confucionista, não colocou em questão o conceito de qì : "Quando o céu e a terra misturam seus qì, os dez mil seres são gerados. O céu recobre o alto e a terra limita embaixo. O qì evapora de baixo para cima e descende do alto, os dez mil seres nascem entre [os dois]". (Lùn Héng – Ensaios críticos).

---

6. Neste contexto, chamamos frequentemente o qì de yuán qì (元气), o qì original, que explica sua natureza cosmogônica
7. Xìng 性representa a natureza inata fundamentalmente boa do ser humano (conceito confuciano). Esta natureza "naturalmente" bem feitora se exprime pela benevolência e pelo senso de humanidade (rén 仁).
8. O princípio lǐ 理 também é um conceito confuciano. Constitui a regra da manifestação. É o princípio interno e inerente que estrutura e ordena o mundo manifestado. É por causa deste princípio que as coisas são como elas são, que elas possuem características próprias, organização própria e uma função própria.



3- *O que é o qì ?*

Tal questão não tem uma resposta definitiva e fechada. O que se segue tenta evocar alguns aspectos do qì sem pretender ser exaustivo. O conceito de qì em medicina chinesa é baseado naquele que foi desenvolvido pelo pensamento chinês ao longo de sua rica história. Por isso, é importante ter uma ideia geral deste, antes de ver a aplicação médica deste conceito.

A- O qì está na origem da produção dos dez mil seres

"Yuán [qì] corresponde à raiz dos dez mil seres, (...) e existe antes da formação do céu e da terra" (Chūn Qiū Fán Lù – Profusão de orvalho nas Primaveras e Outonos). Como nós descrevemos anteriormente, o primeiro aspecto essencial do qì se refere ao fato dele estar na origem de todas as coisas e sobretudo ser anterior à todas as coisas. É o estado primordial antes de toda manifestação. Alguns textos metafísicos descrevem o primeiro estado do universo, antes de qualquer forma de criação, como o caos que lembra um espaço "nublado". Este é preenchido de uma substância sutil e invisível que chamamos "qì" ou mais exatamente o qì original (yuán qì 元气). Este contém em seu seio o potencial de todas as realidades tangíveis e intangíveis. "O qì original é o céu no caos, sem forma e sem corpo" (Wén Xuǎn – seleção literária).

Segundo os antigos, existem dois aspectos no mundo. Um é a matéria tangível que tem uma forma (yǒu xíng 有形), a outra é sem forma (wú xíng 无形). Ainda que isto seja limitante, podemos considerar que o termo "forma" (xíng 形) corresponde em boa parte à noção de matéria (qì condensado) "em oposição" àquela de energia (qì não condensado) sem forma porque é sutil demais para ser visível pelo homem.

Inicialmente o "sem forma" corresponde ao "vazio-oco" ou "espaço vazio" (xū kōng 虚空) ou ainda "vazio supremo" (tài xū 太虚). Este espaço é tanto o que contém as manifestações como a origem das coisas. Este espaço vazio é constituído de qì, ele é qì. "O vazio supremo (tài xū 太虚) é sem forma, o qì é sua essência", "o espaço vazio (xū kōng 虚空) é chamado qì", (Zhèng Méng – Iniciação correta para os espíritos enevoados).

O qì sem forma está na origem das outras criações que tem um forma. "O que tem forma é gerado por aquilo que não tem forma", (Yì Wěi – A trama mutante). Quando ele se acumula e se diferencia, o qì produz

diferentes formas, diferentes realidades. Por outro lado, quando a forma se dispersa, se dilui, sua natureza concreta desaparece e se transforma em qì. Aí vemos um outro aspecto fundamental do qì : a transformação pode acontecer em dois sentidos, do qì para a forma e da forma para o qì. É o que faz Zhāng Zài dizer : O acúmulo [de qì] produz as coisas, as formas que se decompõem retornam à fonte (yuán qì 元气)".

No final, qualquer que seja o nível de manifestação, tudo é qì : "A forma é o qì, a ausência de forma é o qì, (...). A forma é gerada pelo qì e o que não tem forma é gerado pelo qì original", (Xīn Lùn – Novo tratado). O que diferencia o qì tendo forma daquele que não tem forma é seu modo de expressão. Se ele se acumula, ele tem forma, se ele se dispersa, não tem forma. "O universo (tài xū 太虚) não funciona sem qì, o qì não pode se acumular [para gerar] os dez mil seres, os dez mil seres não podem se dispersar (para gerar) o universo", (Zhèng Méng – Iniciação correta para os espíritos enevoados). Para entender bem o que traz esta citação, é preciso se lembrar que os dez mil seres são as coisas manifestadas que tem uma forma e que o universo, o vazio supremo (tài xū 太虚) é o que "contém" e a origem de toda estas manifestações. É constituído de qì.

Como todas as coisas emanam do qì, como toda forma (matéria) é o resultado de um acúmulo de qì, o ser humano tem também sua origem no qì. "O qì preenche o corpo", (Guǎn Zǐ), "Este qì[9] é a raiz do homem", (Nán Jīng – Clássico das dificuldades – oitava dificuldade). A origem do homem como todas as outras realidades é o qì. O organismo humano que tem uma forma tem como origem o qì. Quando esta se desagrega, ele retorna ao qì : "[Quando] o homem ainda não está em vida, ele está no qì original", e no momento da morte ele retorna ao qì original", (Lùn Héng – Ensaios críticos). "No auge do inverno, é o frio que prevalece e a água se transforma em gelo. Na primavera, o qì se aquece o gelo se derrete em água. A vida do homem entre o Céu e Terra é como a imagem do gelo: os qì yīn e yáng se coagulam em um ser humano que, chegado ao fim de seus dias, morre para retornar ao qì indiferenciado[10]", (Lùn Héng – Ensaios críticos). "A vida e a morte do homem dependem do qì", (Jǐng Yuè Quán Shū – Obra completa do Jing Yue). A vida enquanto forma (matéria), corresponde a um acúmulo de qì, então o desaparecimento da forma e a morte resultam da dispersão do qì.

Terminaremos com dois textos sublimes[11] de Wáng Fū Zhī tirado de seu Zhāng Zǐ Zhèng Méng Zhù (Comentário sobre "Iniciação correta para os espíritos enevoados" do mestre Zhang) que resumem perfeitamente o espírito desta seção :

"Quando o qì se dispersa, retorna ao vazio supremo, reencontrando sua constituição original de fusão, sem que haja nem desaparecimento nem destruição. Quando ele se condensa, dá vida a vários tipos de seres, graças à sua natureza constante de fusão, sem que se trate de uma criação ilusória".

9. Aqui o texto fala de um qì específico : yuán qì (元气), o qì original, que nós descobriremos mais tarde.
10. Tradução de Anne Cheng tirada de "História do pensamento chinês", página 243, Editora Seuil.
11. Estas citações são retiradas de "História do pensamento chinês" de Anne Cheng, Editora Seuil. Página 545.

"O espaço vazio não é outro senão o volume ocupado pelo qì. Quando o qì flui sem limite, é tão sutil a ponto de não ter forma, os homens enxergam o espaço vazio, mas não enxergam o qì. Ou ainda, todo espaço vazio é qì : condensado ele torna-se visível e os homens dizem, então, que há alguma coisa ; dispersado, ele não é mais visível, então os homens pensam que não há nada".

Estas frases confirmam que o qì constitui o universo, que ele está na origem de todas as coisas e de todos os fenômenos, que ele se condensa, que se torna matéria e que se esta matéria se dispersa, ela volta ao qì.

As ideias chaves desta seção são:

- ***O qì está na origem de toda manifestação.***
- ***Tudo é qì, o que tem e o que não tem forma.***
- ***A forma (matéria) é o qì condensado.***
- ***O qì se transforma em forma e a forma em qì.***
- ***A vida é um acúmulo de qì.***
- ***A morte é uma dispersão do qì.***

B- O qì está em constante movimento

Segundo os antigos, o qì não está nunca fixo, imóvel. Ao contrário, ele está em atividade e em movimento constante, em perpétua transformação. "A subida e a descida do qì é o processo de troca entre o céu e a terra. (...) Quando a subida é alcançada[12] então começa a descida, a descida é o céu ; quando a descida é alcançada então começa a subida, a subida é a terra. O qì do céu desce ao baixo[13] , o qì [do céu] escorre sobre a terra. O qì da terra sobe ao alto, o qì [da terra] se eleva ao céu. É por isso que o alto e o baixo se convocam mutuamente, a subida e a descida se induzem mutuamente e que as transmutações (biàn 変) acontecem". (Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn – capítulo 68).

As coisas tangíveis são um acúmulo de qì. É por isso que estão igualmente em movimento e em transformação permanente. O nascimento, o desenvolvimento, o declínio, a morte de toda manifestação, a transmutação de alguns estados em outros estados se faz sob a égide do yīn qì e do yáng qì. A evolução e o dinamismo de todas as coisa dependem inteiramente do qì. Para ressaltar este fato, um astrônomo da dinastia Han diz em Jìn Shū 晋书 (Livro do progresso) : "O sol, a lua e as estrelas são produzidos naturalmente e flutuam no espaço vazio (xū kōng 虚空), seus movimentos ou sua parada requerem o qì".

---

12. Trata-se do caracter yǐ (已). Aqui a ideia é aquela do processo que chega ao seu fim. É o apogeu do yáng que permite ao yīn tomar lugar.E o yáng excessivo que se transforma em yīn. Quando um estado alcança o seu máximo, seu apogeu, ele se transforma em seu estado oposto...
13. Sim : "a descida ao baixo" e mais à frente "subir ao alto" são pleonasmos, mas estamos respeitando aqui a estrutura da frase em chinês.

Uma das maiores características do qì é o movimento permanente. "A flexão, a extensão, as idas e vindas são o qì, nada existe entre o céu e a terra a não ser o qì", (Zhū Zǐ Yǔ Lèi – Palavras classificadas do mestre Zhu). A partir daí, podemos legitimamente nos perguntar : de onde vem este movimento incessante? Primeiro os antigos assinalam que o movimento do qì não vem de uma força exterior. Ele não é imposto pelo exterior. O movimento do qì é resultado de uma oposição interna, do yīn e do yáng. Nós vimos no capítulo do yīn e do yáng que estes dois aspectos são dois tipos de qì. "Entre o céu e a terra, há o qì do yīn e do yáng", (Chūn Qiū Fán Lù – Profusão de orvalho nas Primaveras e Outonos). "O Dào é naturalmente vazio, sem vida, com um qì único. Este qì único gera o yīn e o yáng", (Jīn Dān Dà Yào – Principais pontos sobre a pílula da imortalidade). Um é um qì leve, sutil, pouco denso, dinâmico, é o yáng qì, o outro é um qì pesado, maciço, denso, calmo, é o yīn qì. É da oposição entre estes dois princípios contrários que nasce o movimento de troca, a comunicação, a transformação.

É da interação e da confrontação do yīn qì e do yáng qì que surge o movimento e a criação dos seres e das coisas. "[Quando] os dois qì se misturam e interagem, eles se transformam e geram os dez mil seres". (Chǔ Cí Jí Zhù – Anotações das elegias de Chu). Estas duas facetas do qì se opõem e se constrangem, interagem e se transformam mutuamente. O todo forma uma unidade harmoniosa onde os traços de caráter principal são o movimento e a mudança. Em outras palavras, o movimento constante do qì é ligado à contradição interna vinda da unidade e da oposição do yīn e do yáng. Esta contradição proporciona os dinamismos complementares: condensação/dispersão, inspiração/expiração, contração/expansão, subida/descida, interiorização/exteriorização, etc. A natureza interna do qì é dúbia, contraditória, mas dentro de uma unidade, dentro de uma coesão. Esta dualidade do qì é coerente, unificada e lhe confere poder próprio. É o que faz Zhāng Zài dizer : "Uma coisa única com uma constituição dupla, tal é o qì. (...) Esta constituição dupla é vazio e cheio, movimento e repouso, condensação e dispersão, claro e turvo, mas fundamentalmente ela é única[14]".

Os antigos, para evocar a noção de movimento do qì, falavam de "mecanismos" do qì (qì jī 气机). Estes mecanismos do qì recobrem uma grande variedade de circulações: subida, descida, entrada, saída[15], atração, repulsão, dispersão, condensação, etc. Entre elas, subida/descida e entrada/saída são as estudadas mais a fundo na medicina chinesa. Por exemplo, o capítulo 68 do Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn ressalta a importância destes quatro dinamismos : "Sem saída e entrada, não há nascimento, desenvolvimento, maturação, envelhecimento ou fim. Sem subida e descida, não há nascimento, desenvolvimento, transformação, recolha e armazenagem". Logicamente os outros mecanismos não são ocultados, mas são, de fato, menos desenvolvidos. "O yīn por natureza condensa e acumula, o yáng por natureza difunde e dispersa ; o yīn leva ao acúmulo, o yáng à dispersão", (Zhèng Méng – A iniciação correta para os espíritos enevoados).

14. Tradução de Anne Cheng em "História do pensamento chinês», página 429, Editora Seuil.
15. É preciso entender como "entrada" aquilo que entra do exterior para o interior de alguma coisa. É, portanto, um tipo de movimento centrípeto. É precido entender como "saída" aquilo que sai do interior para o exterior de alguma coisa. É, portanto, um tipo de movimento centrífugo.

Para terminar esta seção, eu gostaria de assinalar alguns pontos fundamentais. O qì está em movimento incessante. Este movimento nasce da troca entre o yīn qì e o yáng qì. Então, o movimento que anima todos os fenômenos depende do estado de relação entre o yīn qì e o yáng qì.

As ideias chaves desta seção são:

- ***O qì está em movimento constante.***
- ***O qì é o que dá movimento à todas as coisas.***
- ***Nascimento, desenvolvimento, declínio e transformação dos fenômenos dependem do movimento do qì.***
- ***O movimento incessante do qì vem da troca entre o yīn e o yáng.***
- ***O movimento depende do estado e da relação entre o yīn qì e o yáng qì***
- ***Os principais movimentos do qì são : saída e entrada, subida e descida.***
- ***Como todas as manifestações vem do qì, elas também estão em movimento incessante.***

C- O qì é instrumento de interação entre os fenômenos e a unidade do universo

Pensadores chineses de todos os tempos observaram a natureza e sentiram a necessidade de classificar os diferentes fenômenos naturais por categorias. Eles observaram que, entre coisas de uma mesma família, existe uma interação mútua, uma influência, uma afinidade recíproca. "As coisas de uma mesma categoria se atraem, os qì de uma mesma categoria se unem, os sons comparáveis ecoam entre si", (Lǚ Shì Chūn Qiū – Primaveras e Outonos do Mestre Lu). É isto que alguns chamam de lei da "ressonância" (do chinês gǎn yìng (感应) que significa literalmente estimular e responder à estimulação). Huái Nán Zi que apoia esta ideia faz uma famosa analogia: "Quando o músico toca a corda gōng do alaúde, a mesma corda [em outro instrumento] responde em ressonância; e quando ele toca a corda jué (角)[16] , a mesma corda [em outro instrumento] também vibra". O universo, a natureza, o ser-humano, a sociedade, o conjunto de fenômenos são ligados uns aos outros. Qualquer manifestação numa destas esferas repercute obrigatoriamente sobre as outras. Logicamente, esta influência não é irracional ou fruto do acaso. Ela se produz entre os elementos de uma mesma categoria (lèi 类) e graças à lei da ressonância (gǎn yìng 感应).

O que permite esta afinidade, esta ressonância entre as coisas e os fenômenos de natureza próxima é o qì. Lembremos que a lei de qì é a base de todas as coisas: as manifestações com e as sem forma. Além disso, o qì detém a propriedade de movimento, de comunicação. Diz-se tradicionalmente que ele possui um poder de comunicação latente (qì yǒu qián tōng 气有潜通). Graças ao fato de que ele penetra em tudo e que ele circula permanentemente através de realidades concretas e sutis, permite uma troca permanente entre todos os fenômenos e os mantém ligados. "O qì comunica entre as coisas de uma mesma categoria, a natureza delas se influencia mutuamente", (Lùn Héng – Ensaios críticos). Isto se exprime através de seu movimentos de base: subida/descida, entrada/saída, condensação/dissolução...

16. Gōng (宫) e jué (角) são duas das cinco notas da escala pentatônica chinesa.

"A olho nu", temos a impressão que as coisas que constituem nosso mundo são separadas umas das outras. O pensamento chinês afirma o contrário. "O qì do homem e o do céu e terra estão unidos sem ruptura, [mesmo] se o homem não pode vê-lo naturalmente", (Zhū Zǐ Yǔ Lèi – Palavras classificadas do mestre Zhu).

O qì é a ligação entre os fenômenos e também entre o homem e todo o universo. Esta conexão entre as diferentes manifestações demonstra a unidade do mundo. Nada é separado do universo, tudo é reunido num grande Todo. Uma famosa expressão diz : "Um só qì conduz a unidade : yī qì qiān xì (一气牵系)". Em outras palavras, o qì não é somente o instrumento que permite às coisas e aos seres se comunicarem entre si, ou de se associar de acordo com suas afinidades, ele os une numa grande unidade para constituir o que chamamos de universo. "O céu e a terra são um só corpo (um só Todo)", (Zhuāng Zǐ). "Um só Todo, mas com formas separadas". (Lǚ Shì Chūn Qiū – Primaveras e Outonos do Mestre Lu).

Notaremos que na dinastia Han, pensadores como Wáng Chōng e Dǒng Zhòng Shū, assim como textos "filosóficos" chaves como Huái Nán Zi (O mestre de Huai Nan) perceberam que o qì é o instrumento de conexão das coisas graças aos seus movimentos vibratórios, sob a forma de ondas. O qì comunica e se exprime por vibração. As manifestações que tem uma forma são ligadas entre si e constituem uma unidade graças ao qì, sem forma, sob a forma de vibração.

As ideias chave desta seção são :

- ***Fenômenos de mesma natureza entram em ressonância graças ao qì.***
- ***Os fenômenos estão em relação uns aos outros graças ao qì.***
- ***A união de todos os fenômenos forma o universo graças ao qì.***
- ***O qì se manifesta por vibrações.***

D - O qì é transformação

As transformações do qì (qì huà 气化) correspondem às mudanças que resultam de seus movimentos incessantes. Porque o qì está na origem de todas as realidades (ver item A) e porque o qì induz o movimento incessante de todas as coisas (ver item B), as "transformações do qì" podem ser consideradas como a causa, o motor de mudanças do conjunto de fenômenos do universo. O capítulo 68 do Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn confirma: "Os seres são gerados pelas transformações [do qì]. [Se] os seres alcançam seu apogeu graças às transmutações[17], as transmutações e as transformações se combinam mutuamente, produzindo o sucesso e o fracasso. Assim, o qì vai e vem, sua ação é lenta ou rápida. Por estes quatro [parâmetros, isto é, vai, vem, lento, rápido], há uma transformação e transmutação". Esta passagem complexa do Nèi Jīng (Clássico interno) significa que todo objeto, toda manifestação nasce, se desenvolve, chega ao seu apogeu e declínio por causa das transformações do qì.

17. "Transmutação" corresponde à biàn (变) que corresponde às transformações imediatas, repentinas, que são diferentes de huà (化), as transformações progressivas. (Ver a descrição detalhada destes dois termos mais abaixo nesta seção).

Segundo os antigos, estas transformações provocadas pelos movimentos do qì são permanentes. O mundo está então em perpétua modificação. O filósofo Jiă Yì 贾谊 (200-168 a. C.) da dinastia Han assinala esta ideia : "A transmutação e a transformação dos dez mil seres não param. (...) As mil transmutações e as dez mil transformações não tem começo, nem fim". Cada fenômeno do universo tangível é uma sucessão de transformações. O universo está em mudança contínua.

Mesmo o que parece imutável aos nossos olhos cegos evolui indefinidamente. Este fato é perfeitamente ilustrado pelo pensador Wáng Fū Zhī "A água corrente de um rio sempre parece a mesma de antes. No entanto, a corrente de água não é a mesma de antes. A luz da vela de hoje parece a mesma de ontem. Isto não quer dizer que a luz de hoje é a mesma de ontem. A água e a luz estão próximas de nós e assim são fáceis de reconhecer, mas o sol e a lua estão longe e são difíceis de estudar. Todos nós podemos notar que as unhas e os cabelos crescem a cada dia e que nós os cortamos quando estão longos demais. No entanto, raramente nos damos conta de que novas carnes (musculatura) são geradas e que as velhas morrem a cada dia. É comum que o homem possa ver as mudanças da forma, mas não aquelas da natureza. Assim, ele toma o sol e a lua de dias anteriores como se fosse os de hoje e as carnes (musculatura) geradas recentemente como se fosse as velhas. Tudo isso pra dizer que as transformações se operam todos os dias".

Ainda que os modos de expressão das mudanças sejam múltiplos, os antigos os resumiam em dois tipos: biàn 变 a transmutação, huà 化 a transformação. A diferença entre eles é bastante clara nos clássicos: "Uma pequena variação de uma coisa é uma transformação (huà 化). Uma grande variação de uma coisa é uma transmutação (biàn 变)", (Zhòng Guăng Bŭ Zhù Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn – Acréscimos importantes sobre as questões simples do clássico interno do Imperador Amarelo). "Um movimento progressivo é uma transformação/huà", (Zhèng Méng – A iniciação correta para os espíritos enevoados). Em outra de suas obras, o pensador Zhāng Zài continua a esclarecer : "Por transmutação/biàn, falamos de uma variação grande (visível). Por transformação/huà, falamos de uma variação gradual [portanto não é necessariamente visível] (Héng Qú Yì Shuō – Palavras do [clássico] das mutações por Heng Qu).

Então é possível fazer a distinção entre estes dois processos :

Huà 化 (transformação) : transformação gradual sem choque, que não se percebe necessariamente num momento preciso. É a transformação que corresponde ao desenvolvimento ou ao declínio progressivo do yīn e do yáng. É uma mudança quantitativa : o fenômeno se modifica mantendo a mesma natureza.

Biàn 变 (transmutação) : transformação imediata, repentina, que pode ser vista pois ela é "violenta" ou aparente. É a conversão súbita do yīn em yáng quando o yīn chegou ao seu apogeu ou vice-versa. É uma mudança qualitativa : o fenômeno muda de natureza.

No entanto, estes dois modos de mutação do qì são inseparáveis. É em conjunto que eles permitem a evolução de todos os fenômenos. Existe uma conexão interna entre estes dois dinamismos. A transformação huà permite o desenvolvimento (ou o declínio) progressivo de uma coisa (ação quantitativa).

Quando este desenvolvimento atinge o apogeu, a transmutação biàn o faz mudar de estado bruscamente, violentamente, como uma revolução (ação qualitativa). A relação entre huà e biàn é uma relação entre quantitativo e qualitativo.

Os resultados das transformações do qì são múltiplos, mas finalmente, dois grandes mecanismos devem ser considerados : o qì se transforma em forma (matéria), a forma se transforma em qì. Dito de outra forma : o sem forma (qì) se acumula para gerar uma forma, a forma (uma condensação de qì) se dispersa para retornar ao qì (se transformar novamente em energia). "O qì se acumula então a forma é produzida, o qì se dispersa então a forma morre", (Yī Mén Fǎ Lù – As leis da medicina). Existe uma troca permanente entre a matéria e a energia, entre a forma e o qì, troca que torna possível as constantes transformações que caracterizam o universo manifestado. "O vazio supremo (tài xū 太虚) só pode ser qì, o qì só pode se condensar para gerar os dez mil seres, os dez mil seres só podem se dissolver para retornar ao vazio supremo[18]", (Zhèng Méng – Iniciação correta para os espíritos enevoados).

As ideias chave desta seção são :

- ***O qì é transformação.***
- ***A transformação do qì vem de seus movimentos.***
- ***As transformações são incessantes.***
- ***Existem dois tipos de transformações : uma progressiva (huà 化) e outra repentina (biàn 变).***
- ***Huà (化) é uma transformação quantitativa.***
- ***Biàn (变) é uma transformação qualitativa.***

E - O que é o qì em relação ao yīn yáng e aos cinco movimentos?

Numa divisão cosmogônica[19], podemos observar a relação entre o qì, o yīn yáng e os cinco movimentos da seguinte maneira:

De início, há uma grande harmonia (tài hé 太和) que representa o estado do Dào (道) antes de qualquer manifestação. É o que se chama de caos. Parece uma espessa névoa branca. É constituído de uma única coisa : yuán qì (元气), o qì original. Estamos no nível do não manifestado, do não diferenciado, do não individualizado. Tudo é, ainda, um potencial no interior do qì original. Então na origem tudo é qì. É preciso notar que Zhāng Zài afasta a noção taoísta e budista do não-Ser (wú 无). Ele afirma : "Se sabemos que o vazio supremo (tài xū 太虚) é o qì, sabemos que não há o wú 无 (não-Ser) O vazio supremo (tài xū 太虚) não é uma vacuidade absoluta mas ao contrário uma plenitude de qì em sua forma mais sutil, dispersa, invisível, não formado, não diferenciado. Em outras palavras, o não-Ser não é um conceito correto, pois

18. Citação retirada de "História do pensamento chinês" de Anne Cheng, Editora. Seuil. Página 428
19. Esta que desenvolvemos é fortemente influenciada pelo pensador Zhāng Zài que me parece ser aquele que desenvolve melhor as características essenciais do qì. Não é por ideologia mas por necessidade pedagógica que eu me apoio na representação de Zhāng Zài.

no início já existe um qì. Este, mesmo não sendo diferenciado, nem manifestado, "é" de qualquer forma.

Em seguida o qì original se diferencia em dois. Um é leve, sutil, energético, ascendente e, ao subir, forma o céu. É o yáng qì. O outro é pesado, denso, calmo, descendente e, ao descender, forma a terra. É o yīn qì. "O Dào é naturalmente vazio, sem vida, mas com um qì único. Este qì único gera o yin e o yáng", (Jīn Dān Dà Yào – Pontos principais sobre a pílula da imortalidade). Sob a cúpula de unidade da manifestação suprema (tài jí 太极), estes dois qì, de natureza diferente induzem movimentos pelos princípios de unidade, oposição e complementaridade que estão na origem das transformações e portanto geram os dez mil seres. Isto leva à fórmula de Zhāng Zài : "Uma vez que há dois, há transformação". A dualidade gera a troca e a confrontação. Esta troca e esta confrontação criam o movimento que está na origem das transformações.

Quando o yīn qì predomina, o qì se condensa, gera a matéria : a forma/xíng (形). Quando o yáng qì predomina, a matéria (que é um qì condensado) se dissolve, gera a energia (qì). Além disso, a interação do yīn e do yáng induz cinco forças específicas, que os antigos chamaram de wǔ xíng (五行), os cinco movimentos. Os wǔ xíng são as cinco modalidades de expressão do yīn yáng que geram cinco qì particulares; dão as características específicas aos fenômenos que estão sob seus domínios. Aqui são apresentadas algumas ilustrações deste conceito através de textos taoístas e neo-confucionistas: "O yīn e o yáng são o qì do Dào (道)", (Líng Bǎo Bì Fǎ – Métodos incomparáveis do tesouro espiritual)

"A partir do qì único da harmonia suprema (tài hé 太和) começam a se dividir em yīn e yáng nas transformações : dentro do yīn há o yáng, dentro do yáng há o yīn e suas origem estão na unidade da manifestação suprema[20]", (Zhāng Zǐ Zhèng Méng Zhù – Comentário sobre a "Iniciação correta para os espíritos enevoados" do mestre Zhang).

"O qì, em sua origem no vazio, é puro, uno e sem forma ; sob efeito de estimulação, gera [o yīn yáng] e se condensa em figuras visíveis[21]", (Zhèng Méng – Iniciação correta para os espíritos enevoados).

"O vazio supremo (tài xū 太虚) não tem forma: é a constituição original do qì. A condensação e a dissolução [do qì] são formas temporárias devidas às mudanças e às transformações[22]" , (Zhèng Méng – Iniciação correta para os espíritos enevoados).

Do ponto de vista prático, poderíamos dizer que a doutrina do qì explora a origem e a natureza interior dos fenômenos, a do yīn yáng explica as transformações incessantes dos fenômenos no quadro das leis de unidade/oposição, a dos wǔ xíng expõe as relações entre os fenômenos assim como suas propriedades. Logicamente estes três conceitos são inseparáveis para dar uma compreensão correta dos fenômenos.

20. Esta citação foi tirada de "História do pensamento chinês" de Anne Cheng, Editora Seuil. Página 546.
21. Esta citação foi tirada de "História do pensamento chinês" de Anne Cheng, Editora Seuil. Página 427.
22. Esta citação foi tirada de "História do pensamento chinês" de Anne Cheng, Editora Seuil. Página 428.

4- A aplicação do conceito filosófico "qì" em medicina chinesa

Esta seção tenta explicar como a medicina chinesa integrou o conceito de qì em seu sistema a fim de torná-lo uma peça fundamental de toda a estrutura teórica. Todos os aspectos puramente técnicos são desenvolvidos mais abaixo. Aqui ainda estamos num plano geral a fim de assimilar o que é o qì na cultura chinesa.

A- O qì para explicar a vida humana

O pensamento chinês se apoia no fato de que o qì é a raiz e a origem dos dez mil seres. A medicina chinesa diz que é o mesmo para o homem e os processos vitais. "O homem recebe o qì do céu e da terra, que o transforma e lhe dá a vida. A forma (xíng 形) é a morada da vida, o qì é a origem da vida, o espírito (shén 神) é o governador da vida. O qì preenche a forma, o esgotamento do qì [propicia] a doença da forma. O espírito se fundamenta no qì, o qì o recebe [e desta forma] o espírito existe", (Sù Wèn Bìng Jī Qì Yí Bǎo Mìng Jí – Compêndio sobre os mecanismos das doenças e as atitudes do qì para proteger a vida segundo as questões simples). "O qì que vai e vem no corpo é o que chamamos de vida". (Tài Shàng Lǎo Jūn Nèi Guān Jīng – O maravilhoso livro dos nove pontos do magnífico velho monarca). Obviamente que se a presença do qi é a vida, sua retração anuncia a morte : "Se há qì, então há vida, se não há qì então é a morte", (Tiān Xiān Zhèng Lǐ Zhí Lùn Zēng Zhù – Tratado direto sobre os princípios corretos dos imortais celestiais com comentários adicionais.

Segundo a medicina chinesa a vida humana começa quando o qì se acumula e toma uma forma. Ela termina quando o qì se dispersa e a forma se desagrega. O nascimento, o crescimento, a saúde e a doençao declínio e a morte de um ser, dependem diretamente das transformações e dos movimentos do qì . "O qì ao se coagular torna-se um humano", "o qì do yīn yáng ao se coagular torna-se um ser humano", (Lùn Héng – Ensaios críticos). O qì é a "substância primordial" que está por trás de todas as coisas. Esta substância primordial toma forma de múltiplas aparências, de múltiplas formas no organismo para assegurar os processos vitais. Fala-se, por exemplo, do qì confluente (zōng qì 宗气), de yáng qì, do qì dos grãos (gǔ qì 谷气), do qì do sangue (xuè qì 血气), etc.

O qì também é a origem tanto das manifestações mais sutis quanto daquelas mais densas no organismo. É o que se chama de "estrutura corporal", a matéria orgânica, é o yīn qì, uma condensação notável de qì. Mas, finalmente, tudo é qì. É por isso que Zhāng Jiè Bīn assinala que todas as substâncias que constituem o corpo podem se resumir a uma só palavra : qì. O jīng, os líquidos densos, os líquidos sutis, o sangue, os canais, nada mais são do que a transformação do qì", (Lèi Jīng – Clássico das classificações).

Para a medicina chinesa o qì é não somente a origem da vida e da forma, mas também assegura toda forma de dinamismo, de atividade que caracteriza um ser humano como metabolismo, funções orgânicas, fenômenos psíquicos, pensamento e até mesmo emoções : No homem há os órgãos zàng que transformam cinco qì. eles geram a alegria, a raiva, a tristeza, a inquietude, o medo", (Huáng Dì Nèi Jīng

Sù Wèn – capítulo 5). Segundo esta explicação, a medicina chinesa diz que "A geração do espírito vem do qì", que "o qì pode gerar o espírito". Isto significa que as atividades mentais dependem também dos movimentos do qì.

As ideias chave desta seção são :

- ***O qì está na origem da vida.***
- ***Tudo no corpo vem do qì (substâncias e funções).***
- ***Tanto o corpo físico como o psíquico provém do qì.***

B- O qì mostra a globalidade e a unidade do corpo humano.

O qì está na origem de todos os tecidos, de todas as estruturas, de todos os órgãos do corpo. Além disso, ele circula em cada pequena parte do organismo. É ele que permite a unidade/globalidade do corpo.
É por ele que mesmo o menor elemento se comunica com o resto do organismo, que se liga com o todo.

Esta unidade/globalidade se observa também no nível de uma doença. Um desequilíbrio local pode afetar o corpo inteiro ou um distúrbio geral pode se manifestar localmente. Isto é possível graças ao qì. Ele unifica tudo e faz com as diferentes partes se comuniquem entre si.

Modificações visíveis na superfície do corpo podem revelar o funcionamento dos órgãos no interior. Agindo sobre as funções dos órgãos no interior, é possível tratar as doenças que se manifestam no exterior. O corpo é um, é uma globalidade. Esta maneira de conceber o organismo deriva diretamente dos fundamentos filosóficos da civilização chinesa.

A ideia chave desta seção é:

- ***O qì permite a globalidade/unidade do corpo humano***

C- O qì mostra a globalidade e a unidade entre o homem e a natureza.

Que o organismo seja "um" graças ao qì, não é a única particularidade teórica importante da medicina do país do meio. Segundo o pensamento chinês, o homem e todos os outros fenômenos da natureza são constituídos da mesma substância, suas características profundas são idênticas. Além disso, o ser humano está em troca permanente com o céu e a terra. O Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn no capítulo 9 ilustra este princípio: "O céu nutre o homem com cinco qì, a terra nutre o homem com cinco sabores". O homem e a natureza mantêm uma relação estreita. O instrumento desta relação é o qì. A troca entre microcosmo e macrocosmo se faz pelo qì.

Nós sabemos hoje em dia que a saúde e a fisiologia do indivíduo são influenciadas pelo ciclo circadiano, as estações, as variações do sol e da lua, os climas, a situação geográfica, etc. Nós encontramos esta ideia no provérbio popular chinês : "O homem se comunica com o céu e a terra, corresponde ao sol e à lua". Mas o ser humano também influencia a natureza. Segundo a tradição chinesa, o bom ou mau comportamento do imperador, determinará as boas ou más colheitas, as bonanças ou as calamidades naturais. A influência vai então nos dois sentidos. E é através da função mediadora do qì que o homem e a natureza formam uma unidade.

A ideia chave desta seção é:

- ***O qì permite a unidade/globalidade entre o homem e a natureza***

D - O qì explica a fisiologia e a patologia

Como todo sistema médico digno deste nome, a medicina chinesa estuda os fenômenos fisiológicos. Para explicar o funcionamento do corpo, ela utiliza abundantemente à noção de qì. Disso decorre uma visão funcional do ser-humano[23].

Primeiramente, o qì é a fonte de todas as coisas no universo, inclusive no corpo humano. Além disso, este último nada mais é que um acúmulo de qì. Todo aspecto no organismo corresponde à uma materialização mais ou menos sutil do qì universal. O jīng, o sangue, os líquidos que são as três principais substâncias yīn do corpo, são uma expressão particular do qì. O qì sobre o qual se apoia a medicina chinesa para explicar a fisiologia é uma emanação do qì universal que provém do "vazio supremo" (tài xū 太虚). No entanto, trata-se de uma expressão particular deste qì universal, do mesmo modo que o sangue, os líquidos, o yīn, o yáng, etc. Portanto, há o qì num sentido amplo, metafísico, filosófico, universal e um qì do corpo humano para explicar a fisiologia, a patologia, o diagnóstico e a terapêutico.

O qì é a substância menos material e mais sutil do corpo e o aspecto funcional mais ativo e o mais yáng. A diferença entre sangue, líquidos, tecidos, e estruturas do organismo e o qì é que os primeiros tem uma forma e são menos ativos e móveis, enquanto o qì não tem forma e é muito ativo e dinâmico.

O qì em medicina é considerado como fundamental para a vida. "O homem tem uma vida, está totalmente depende do qì", (Lèi Jīng – Clássico das classificações). Ele circula por todo o corpo. É a fonte de todas as atividades funcionais e metabólicas. Pelo fato de ter uma natureza yáng e que está em movimento permanente, é ele que produz o calor corporal. Todos os grandes textos de base deste

23. A medicina chinesa e a medicina ocidental observam tanto as funções quanto a matéria. No entanto, a medicina chinesa se concentra mais sobre o qì e as funções enquanto a medicina ocidental se volta mais sobre a matéria e a estrutura. De forma caricata, poderíamos dizer que a primeira é uma medicna do qì, enquanto a segunda é a medicina da matéria.

sistema médico ressaltam que o qì é um dos aspectos mais importantes da vida : "O qì é a raiz do homem", (Nán Jīng – Clássico das dificuldades – oitava dificuldade).

Se o qì pode explicar o processo da vida e a fisiologia do corpo humano, ele é também utilizado pela medicina chinesa para compreender os mecanismos patológicos. Ela foi provavelmente a primeira medicina a considerar algumas doenças como qì perversos. Estes correspondem aos fatores climáticos externos que constituem uma das três grandes etiologias de doenças. Os seis qì perversos são vento, frio, calor, canícula, umidade e secura. Fala-se também do qì heterogêneo (zá qì 杂气 sinônimo de lì qì), o qì pestilento (lì qì 疠气 que corresponde à uma doença altamente contagiosa), o qì epidêmico (yì lì zhī qì 疫疠之气), o qì cruel (lì qì 戾气), o qì tóxico (dú qì 毒气), o qì perverso e cruel (guāi lì zhī qì 乖戾之气). O processo da doença é visto como uma luta entre o qì correto do indivíduo (zhèng qì 正气) e o qì perverso (xié qì 邪气). As desordens do corpo se explicam igualmente pelo desequilíbrio entre o yīn e o yáng que, não esqueçamos, são ambos qì. É por isso que a noção de qì é fundamental para compreender as doenças tanto a nível de causas, natureza e mecanismos. "Se o qì do yīn e do yáng não estão em harmonia, haverá um desastre", (Zhuāng Zǐ).

Ao nível do sem forma wú jí (无极), o qì é um potencial indiferenciado. Ao nível da manifestação suprema tài jí (太极), o qì ao se manifestar se transforma em matéria[24] diferenciada. Se compararmos as duas situações, apenas seu estado muda. Em sua quinta essência, ele é sempre o mesmo. Esta passagem entre o potencial e a concretização tornou-se possível graças às transformações. Nesta perspectiva, a morte não é um desaparecimento, mas uma mudança de estado, uma transformação do qì. A forma se dissolve para retornar ao estado de qì sutil no vazio supremo (tài xū 太虚). Ao se condensar novamente, o qì gera uma nova forma, um novo ser. O qì é eterno e indestrutível[25].

As ideias chaves desta seção são:

- ***A fisiologia e a patologia se explicam pelo qì.***
- ***Há um qì universal (sentido geral) e o qì do corpo (sentido restrito).***
- ***A vida e a morte são apenas mudanças de estado do qì.***



24. Quando se diz que o qì gera a forma, isto pode ser uma forma muito sutil, invisível, não necessariamente uma matéria compacta.
25. Esta visão das coisas é particularmente desenvolvida no pensamento de Zhāng Zài. Mesmo que ele negue isso, esta é uma fora um tanto budista e evoca mais ou menos diretamente a noção de encarnações sucessíveis mas também o fato de que a morte e a individualidade são apenas ilusões temporárias.

II- AS TEORIAS MÉDICAS DO QÌ

As teorias médicas decorrem de conceitos filosóficos que acabamos de desenvolver. Elas possuem as mesmas raízes. No entanto, possuem suas particularidades que iremos desenvolver agora.

1- *O que é o qì na fisiologia da medicina chinesa ?*

Podemos ver três aspectos da noção de qì na fisiologia do ser humano.



Rén
Pessoa
Homem
Ser Humano

Como nós vimos no plano filosófico tudo é qì : as estrelas, o vento, a terra, os oceanos, o homem. Os clássicos confirmam o que já diziam os pensadores da antiguidade : "A união do qì do céu e da terra é o que chamamos de homem", (Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn – capítulo 25), Há vida no homem e isto depende inteiramente do qì", (Lèi Jīng – Clássico das classificações), "O qì se acumula então a forma se produz (corpo), o qì se dispersa então a forma morre", (Yī Mén Fă Lù – Leis da medicina). Claramente, o qì é visto de início como a "matéria prima" que constitui o ser humano.

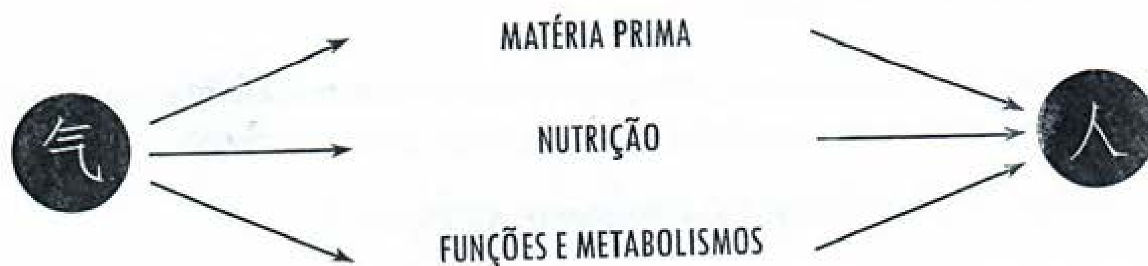
Após o nascimento, o homem deve se desenvolver, se regenerar, se manter. Para isso ele retira do seu ambiente todo o qì necessário, sob forma de matéria ou energia. Ele absorve o qì da "água e dos grãos[26]" assim como aquele do ar e do universo[27].

O qì da água e dos grãos corresponde ao qì da terra enquanto àquele do ar corresponde ao qì do céu. O qì da terra e do céu se unem para nutrir o homem. "O céu nutre o homem com cinco qì[28], a terra nutre o homem com cinco sabores[29]", (Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn – capítulo 9). O qì representa então a nutrição fundamental do homem.

Para poder se regenerar, se defender, se adaptar e trocar com seu ambiente, procriar ou simplesmente se manter vivo, o corpo precisa de uma ferramenta para executar estas funções vitais. Ele depende da produção do qì. "O qì governa o homem (...) as subidas e descidas do yīn yáng, são o qì. O fluxo e a movimentação do sangue nos vasos são igualmente qì, o transporte do [qì] nutritivo e defensivo, é qì. A subida e a descida dos cinco órgãos zàng e as seis vísceras fŭ, são também qì". (Rén Zhāi Zhí Zhĭ Fāng – Indicações corretas das prescrições de Ren Zhai). Ele é o instrumento de adaptação do indivíduo ao seu meio ambiente e constitui o conjunto de funções e metabolismos que lhe permitem viver.

Nós podemos dizer que o qì é a matéria primeira do ser humano, sua nutrição fundamental e o conjunto de funções e metabolismos que permitem ao homem viver. "O homem vive no centro do qì como o peixe dentro da água, o homem sem qì é como o peixe sem água", (Wú Yī Huì Jiăng – Compilação e explicação da medicina por [Senhor] Wu).

26. Trata-se de um termo genérico que representa o conjunto de alimentos líquidos e sólidos.
27. Segundo o Nèi Jīng (Clássico interno), o homem também é nutrido pelo qì dos cinco movimentos do universo.
28. Os cinco qì do céu são os cinco qì dos cinco movimentos que nutrem o organismo.
29. Os cinco sabores (ácido, amargo, doce, picante e salgado) são os cinco qì de base que se encontram nos alimentos e que nutrem o corpo.



O qì é fundamentalmente Um. São as suas manifestações que são múltiplas. A medicina chinesa descreve muitas formas de qì. Não é a natureza profunda do qì que muda a cada vez, é sua orientação, sua coloração, seu ritmo, suas variações, sua função, que mudam. Como veremos mais à frente, falamos de qì dos canais, do qì dos órgãos zàng fǔ, do qì defensivo, do qì nutritivo, do qì original, do qì confluente, do jīng, do qì correto, etc.

Fora do aspecto fisiológico, há a noção igualmente utilizada para descrever os fenômenos patológicos como os qì perversos, os seis qì climáticos, a camada do qì, os qì epidérmicos... Neste caso, logicamente, não se trata do qì "fisiológico",mas a descrição de processos patológicos.

2- Origem e produção do qì

A- O qì provém da transformação do jīng

Como já tínhamos demonstrado no capítulo sobre os três tesouros, o qì do organismo vem da transformação do jīng (精). "A transformação do jīng é qì", (Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn – capítulo 5). Em todos os casos ao nível fisiológico o qì vem do jīng, com exceção do qì do ar, diretamente assimilado sobre a forma de qì.

Existem dois tipos de jīng : o jīng do céu anterior (xiān tiān zhī jīng 先天之精) e o jīng do céu posterior (hòu tiān zhī jīng 后天之精). O céu anterior refere-se à tudo que provém do período antes do nascimento, que é ligado àquilo que herdamos de nossos pais e pela linhagem familiar. Por extrapolação, poderíamos dizer que tem relação com o inato, com o congênito, com a constituição de base. São os rins que governam o céu anterior. O céu posterior refere-se à atividade pós natal, graças a qual o indivíduo mantém suas atividades fisiológicas. Por extrapolação, poderíamos dizer que o céu posterior tem relação com o adquirido. É o baço e o estômago que governam o céu posterior.

O indivíduo herda o jīng do céu anterior de seus pais, no momento da concepção. É a nossa reserva mais essencial. Ela só pode ser consumida. Exceto por práticas taoístas especiais, não é possível aumentar esta reserva, ela só pode ser preservada. Este jīng "inato" está na origem do desenvolvimento do feto durante todo o processo de gestação. Após o nascimento, ele continua a ser fundamental para

o desenvolvimento e a manutenção do organismo. "O jīng se forma então o cérebro e as medulas são geradas, os ossos são fortes, os vasos permitem a nutrição, os tendões são resistentes, as carnes são uma barreira de proteção, a pele é firme e os pelos e os cabelos crescem fortes". (Huáng Dì Nèi Jīng Líng Shū – capítulo 10). A transmutação do jīng do céu anterior gera o qì original (yuán qì元气, ver este termo mais adiante), que tem um papel insubstituível em todas as transformações necessárias à manutenção da vida. Este qì também é chamado de céu anterior, (xiān tiān zhī qì 先天之气), porque ele provém principalmente do jīng do céu anterior. Mas atenção, isto não significa que ele provém unicamente do céu anterior. Ele também é produzido com a ajuda do jīng do céu posterior e é produzido essencialmente após o nascimento. Este detalhamento é importante, porque é comum se ouvir dizer que o qì original do corpo humano provém do céu anterior. Trata-se de um erro cometido frequentemente no Ocidente.

O jīng do céu posterior provém do jīng da água e dos grãos retirados do ambiente. Ele completa o jīng do céu anterior, o mantém, o sustenta a partir do nascimento. Graças à alimentação, é renovado constantemente. Este jīng "adquirido" e o jīng "inato" produzem os diferentes qì necessários à atividade orgânica. O qì que nasce da transformação do céu posterior também é chamado qì do céu posterior (hòu tiān zhī qì 后天之气). No entanto, é importante lembrar que este último é apenas um termo genérico que reagrupa diferentes tipos de qì (zōng qì 宗气, wèi qì 卫气, yíng qì 营气, etc).

Uma deficiência de jīng gera sistematicamente uma deficiência de qì. "Cada um dos cinco zàng tem o seu jīng. Se estão debilitados então haverá deficiência de yīn porque o jīng dos cinco zàng é o yīn. Se há deficiência de yīn [jīng], não haverá mais qì pois o qì se forma pela transformação do jīng" (Lèi Jīng – Clássico das classificações).

É claro que para captar o jīng dos alimentos também é necessário que haja qì, em particular o qì do baço e do estômago. Então sem qì não há jīng do céu posterior. E sem jīng adquirido, o jīng inato se esgota, o qì se esgota e as funções orgânicas não podem ser realizadas. Sabemos também que o qì excedente pode se condensar em jīng para ser colocado em reserva. Deve-se notar que falamos sempre do "jīng qì" da água e dos grãos, do céu anterior ou posterior... É um sinônimo de "jīng". A expressão jīng qì reforça a ideia que o jīng é um tipo de qì em particular. O resumo deste tópico poderia ser:

- ***O jīng se transforma em qì.***
- ***Sem jīng não há qì, sem qì não há vida.***

3- Processo de produção do qì

Nenhum clássico oferece na íntegra as etapas da produção do qì. É por isso que é possível ver diferentes descrições deste processo. A que propomos é uma síntese dos ensinamentos do Nèi Jīng (Clássico interno), do Lèi jīng (Clássico das classificações) e do Yī Mén Fǎ Lǜ (Leis da medicina). Eu não inventei nenhuma das etapas ou qualquer fato em particular.

Existem diversas etapas no processo de produção do qì. Aqui estão as principais :

1 - Armazenado nos rins, o jīng do céu anterior (xiān tiān zhī jīng 先天之精) durante a gestação é herdado dos pais. Este jīng inato se transforma em qì original (yuán qì 元气) sob a impulsão do fogo ministro. Este qì original vai estimular o yáng dos rins a aquecer o baço para que este consiga transformar corretamente o jīng dos alimentos.

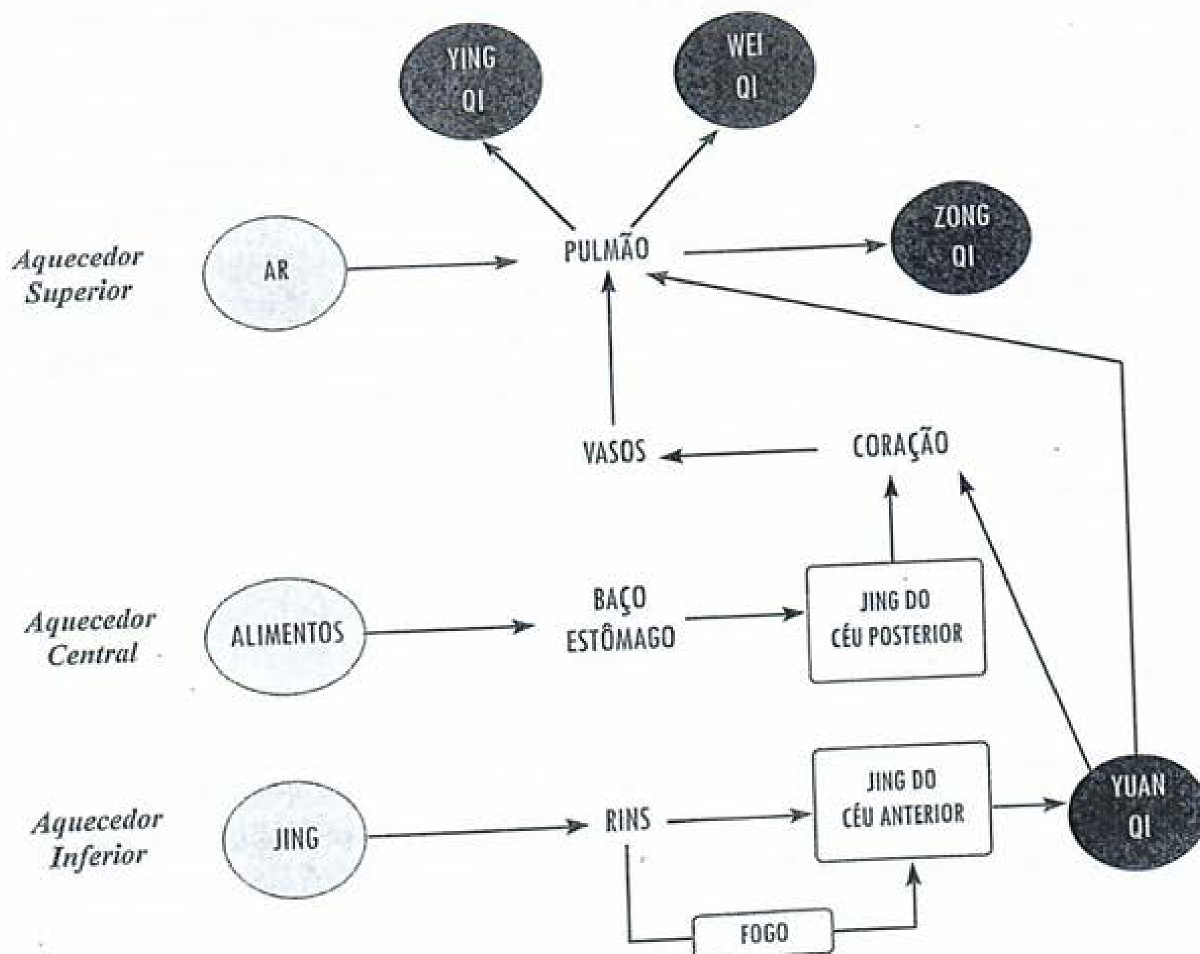
2 - Assimilação pelo pulmão do qì puro [do ar] (qīng qì 清气).

3 - Assimilação pelo baço e estômago do jīng qì da água e dos grãos (shuǐ gǔ jīng qì 水谷精气), o que corresponde à formação do jīng do céu posterior (hòu tiān zhī jīng 后天之精).

4 - O baço faz o jīng sutil dos alimentos (jīng wēi 精微) subir para o aquecedor superior em direção ao coração. O coração envia o jīng pelos vasos para chegar finalmente ao pulmão. Lá uma parte, sob a impulsão do qì original (yuán qì 元气) se transforma em qì nutritivo (yíng qì 营气) e em qì defensivo (wèi qì 卫气). Uma outra parte se combina ao qì do ar assimilado pelo pulmão e se transforma em qì confluente (zōng qì 宗气). Deve-se notar que uma parte do jīng dos alimentos se transforma também em sangue. (Ver capítulo sobre o sangue).

5 - Temos assim os quatro qì fundamentais da fisiologia humana: yuán qì (元气), zōng qì (宗气), yíng qì (营气) e wèi qì (卫气).

PROCESSO DE PRODUÇÃO DO QÌ



Este processo está em parte descrito, por exemplo, no Yī Mén Fǎ Lù (Leis da medicina) ou ainda o Lèi Jīng (Clássico das classificações) que insiste sobre as três origens do qì : "O qì verdadeiro (zhēn qì 真气) vem de três locais : do alto, do centro e de baixo. No alto, o [qì do] céu é recepcionado através da respiração. No centro [o qì] é gerado pela água e os grãos, nutrindo o [qì] nutritivo e defensivo. Em baixo, a transformação do qì provém do jīng armazenado pela porta do destino (mìng mén 命门)[30] . Assim os três aquecedores são a raiz [da produção do qì]. No alto, há o mar do qì (qì hǎi 气海), que chamamos de dàn zhōng (膻中)[31] , ele é governado pelo pulmão. No centro, há o mar do qì e do sangue, da água e dos grãos, que chamamos de qì central (zhōng qì 中气), ele é governado pelo baço e estômago. Em baixo, há o mar do qì, que chamamos de dān tián (丹田)[32] , governado pelos rins".

Conclusão

Podemos constatar que cada um dos três aquecedores tem seu papel para produzir o qì. Particularmente são o pulmão, baço, estômago e rins que assumem as diferentes transformações que geram o qì.

O desequilíbrio de um destes órgãos pode levar à problemas ao nível do qì. No entanto, tradicionalmente o papel do baço e estômago de assimilar o qì das bebidas e alimentos é que é considerado como o mais importante de todos. Isto pode se explicar pelo fato de que no passado o ar era puro e que a assimilação do qì puro não era um problema. Além disso, o jīng do céu anterior, sendo pré-determinado no nascimento, é impossível para um simples mortal aumentar a quantidade do jīng inato. Pode-se apenas retardar seu esgotamento. É só através da alimentação e das funções de transformação do baço e do estômago que o indivíduo pode influenciar de maneira clara a produção do jīng e, portanto, do qì. É isto que justifica o que é dito no Huáng Dì Nèi Jīng Líng Shū no capítulo 56 : "Quando os grãos (isto é os alimentos) não entram [no organismo] até a metade do dia então o qì declina, durante um dia [inteiro] então o qì torna-se deficiente". Isto serve para nos lembrar que respirar bem, comer bem e preservar o jīng do céu anterior são os três princípios fundamentais da conservação da saúde.

3 - Funções gerais do qì

Como já dissemos, o qì é único, mas suas manifestações são múltiplas. Toda a atividade vital é baseada no qì. De acordo com a oitava dificuldade do Nán Jīng (Clássico das dificuldades), "o qì é a raiz do homem". Suas ações no corpo são numerosas. No entanto, todas podem se resumir à seis funções de base que descreveremos a seguir. É fundamental assimilá-las bem, pois são indispensáveis para compreender não só a fisiologia do ser humano, mas também suas patologias. O Yī Fāng Kǎo (Estudos das prescrições médicas) demonstra claramente isso : "O qì se transforma (huà 化) então os seres nascem, o qì se transmuta (biàn 变), então os seres mudam, o qì é abundante, então os seres são fortes, o qì esta em desordem, então o seres estão doentes, o qì está esgotado, então é a morte"...

30 A porta do destino (mìng mén 命门) simboliza aqui os rins. Ver no capítulo sobre os rins.

1 Dàn zhōng (膻中) é um local situado no peito entre os dois mamilos sobre a linha média, ao nível de VC17 (dàn zhōng 膻中). principalmente o local de armazenagem do qì torácico (zōng qì 宗气). É por esta razão que ele é considerado o mar superior do qì (shàng qì hǎi 上气海).

.2 Dān tián (丹田) é um local situado no baixo ventre sobre a linha mediana aproximadamente entre VC6 (qì hǎi 气海) e VC 4 uān yuán 关元). É um local de armazenagem do qì original (yuán qì 元气). É considerado como o mar inferior do qì (xià qì hǎi 下气海).

A- Transformação do qì (Qì Huà 气化)

Já vimos que a vida depende dos movimentos do qì, movimentos que geram transformações incessantes: elas geram e mantém o corpo.

qì › movimentos › transformações › vida

A noção de "transformação do qì" neste contexto faz referência ao conjunto de mudanças que permitem ao organismo manter-se em equilíbrio. Isto inclui diferentes fenômenos :

1 - A capacidade do qì para gerar qì, sangue, jīng e líquidos. Isto passa em particular pelas funções de transporte/transformação do baço através dos alimentos e bebidas.

2 - A capacidade destes diferentes substratos em se transformar um no outro. Por exemplo, o qì se transforma em jīng e o jīng em qì, o sangue se transforma em líquido e os líquidos em sangue, o jīng se transforma em sangue e o sangue em jīng, etc.

3 - A capacidade do yīn em se transmutar em yáng e o yáng em yīn. O qì sem forma e ativo é o yáng. O qì com forma e calmo é o yīn. O qì gera a forma (ou seja, o jīng, o sangue, os líquidos) e a forma se transforma em qì. Portanto, o yáng se transforma em yīn e o yīn em yáng.

4 - A capacidade de eliminar dejetos (líquidos e sólidos) que nascem destas transformações incessantes, Por exemplo, a evacuação das urinas e das fezes.

5 - Em um sentido mais restrito o qì huà (气化) corresponde à transformação e à regularização dos líquidos pelos rins. Às vezes, se fala da função de vaporização dos líquidos. Também é a capacidade do fogo ministro poder transformar o jīng e o qì. (ver o capítulo sobre os rins).

Se as transformações do qì se fazem de forma incorreta, numerosos desequilíbrios podem aparecer como, por exemplo : deficiência de qì, deficiência de sangue, deficiência de jīng, deficiência de líquidos, indigestão, distúrbios urinários e fecais e a partir daí inúmeras doenças podem ser desencadeadas. Sem transformação do qì, não há equilíbrio, não há saúde, não há vida.

Resumindo fala-se de função de transformação do qì porque :

- ***A transformação do qì gera qì, jīng, sangue, líquidos.***
- ***A transformação do qì permite a transmutação do qì, jīng, sangue e líquidos de um no outro.***
- ***A transformação permite a transmutação do yīn em yáng e vice versa.***
- ***A transformação do qì permite a evacuação dos dejetos orgânicos.***
- ***A transformação do qì corresponde à gestão dos líquidos pelos rins.***
- ***A transformação do qì corresponde à capacidade do fogo ministro produzir yuán qì (元气) a partir do jīng.***

B- Mobilização (Tuī Dòng 推动)

O qì é de natureza yáng, dinâmico, móvel. Sabemos que uma de suas características fundamentais é estar em movimento constante. Graças a esta propriedade, ele mobiliza junto consigo todos os outros fenômenos e manifestações concretas. "O qì não pode deixar de circular, como o curso de água de um rio, como os movimentos ininterruptos do sol e da lua", (Huáng Dì Nèi Jīng Líng Shū – capítulo 17).

No organismo, tudo o que permite o movimento não tem forma, é associado ao aspecto funcional, é yáng qì, isto é o aspecto yáng do qì. Então tudo que é "relativamente" inerte, que tem forma, é associado ao aspecto estrutural, é yīn qì, ou seja, o aspecto yīn do qì.

Por definição, o sangue, o jīng, os líquidos e a forma pertencem ao yīn qì. Em razão de sua natureza intrinsecamente yīn, calma e inerte[33] , eles precisam da ação mobilizante do yáng qì para se movimentar pelos canais, órgãos, tecidos. Sem qì, eles estagnam e provocam desequilíbrios. Em fisiologia chinesa, podemos simplificar dizendo que só o qì "se movimenta", todo o resto é movimentado por ele[34]. "O qì é yáng, o sangue é yīn, o yáng se movimenta e o yīn o segue, o qì transporta então o sangue avança, o yáng estagna, então o yīn se coagula, o qì está fraco, então o sangue está morto" (Zhèng Zhì Zhǔn Shéng – Critérios para síndromes e tratamentos).

Tuī dòng (推动) significa empurrar à frente, mobilizar, avançar. Todas as substâncias são ativadas pelo dinamismo do qì, dinamismo que representa o movimento da vida.

Na função de mobilização, há também a ideia segundo a qual o qì representa as funções do organismo, ou seja, principalmente as funções dos canais, órgãos e vísceras. Suas diferentes funções dependem do poder de ativação do qì. Enfim, mobilizando o jīng, se diz que o qì favorece o crescimento e o desenvolvimento do organismo. No primeiro capítulo do Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn, se descreve o desenvolvimento e o declínio do indivíduo, mas também sua capacidade de se reproduzir segundo os ciclos de 7 anos para a mulher e de 8 anos para o homem. O crescimento e o declínio da vitalidade e da fertilidade dependem da quantidade do qì (yuán qì 元气) e do tiān guǐ (derivado do jīng) dos rins. Estes últimos dependem diretamente das funções de mobilização e de transformação do qì. Uma deficiência de qì pode levar a um atraso de crescimento, envelhecimento precoce ou à infertilidade[35] .

---

33 Dizemos "quase inerte" porque não podemos esquecer que o yīn é qì também. Mesmo se ele é calmo, não é completamente imóvel e inativo.

34 Novamente, tudo é relativo. Como sabemos, tudo é qì, mesmo a matéria. Então para ser mais preciso podemos dizer que só o qì sem forma, não condensado, possui esta capacidade evidente de mobilização.

35 É importantíssimo compreender que em medicina chinesa quando se diz que uma doença é induzida por um determinado desequilíbrio (aqui em decorrência de deficiência de qì), isto não exclui que esta mesma doença possa ser provocada por outros tipos de desequilíbrios. Um mesmo problema pode ter diferentes causas e mecanismos. Por exemplo, a infertilidade provém de uma deficiência de qì mas ela pode também ser desencadeada por uma deficiência de sangue, uma deficiência de yīn, uma deficiência de yáng, uma deficiência de jīng, uma obstrução por mucosidades, umidade calor, etc.

Em caso de deficiência de qì, os líquidos e o sangue se estagnam, as funções dos órgãos e vísceras e dos canais não são mais asseguradas corretamente, os membros não são mais mobilizados (fadiga), o yīn jīng não é mais ativado e o corpo não se desenvolve nem é sustentado. Tudo isto está na origem de numerosos desequilíbrios.

Resumindo podemos dizer que o qì mobiliza pois:

1 - O qì mobiliza o yīn, o jīng, o sangue, os líquidos...
2 - O qì ativa as funções dos órgãos e canais.
3 - O qì favorece o crescimento do organismo e a fertilidade.

C- Aquecimento (Wēn Xù 温煦)

A vida é uma contínua sucessão de mudanças, mutações. Sem transformação não há movimento, não há vida. Por isso, o calor é necessário para que as transformações se produzam. O calor por natureza é yáng, dinâmico, estimulante. Ele favorece a atividade, a circulação, o metabolismo. Contrariamente o frio é por natureza yīn : ele fixa, lentifica. Ele dificulta, até mesmo impede as transformações e o movimento. Como indica a vigésima dificuldade do Nán Jīng (Clássico das dificuldades), no corpo o qì tem a função de aquecimento. "O qì governa o aquecimento".

Por aquecimento entendem-se duas coisas. Primeiro é simplesmente o aquecimento propriamente dito do corpo, a manutenção da boa temperatura corporal. Trata-se da termogênese sem a qual o ser não poderia viver. "A circulação do calor no corpo, é o yáng qì", (Lèi Jīng Tú Yì – Complemento ilustrado dos clássicos das classificações). Wēn xù (温煦) significa calor (como pode ser uma roupa) ou morno (como pode ser o clima). Em seguida, trata-se da ideia que o calor gerado pelo qì favorece o funcionamento dos órgãos e vísceras, canais, tecidos. Fala-se da função de "vaporização" (xūn zhēng 熏蒸). Quer dizer que o calor favorece as transformações como o fogo sob o caldeirão.

Assim, por exemplo, a boa circulação dos líquidos nos três aquecedores ou do sangue nos vasos dependem de algumas funções de mobilização do qì, mas também daquele aquecimento que favorece a atividade fisiológica em geral. Um antigo ditado diz "o sangue quente se move, o sangue frio se congela".

O qì traz calor ao corpo ao estimular a atividade fisiológica. Se ele está deficiente, a sensação de frio, membros frios, preferência pelo calor aparecem, as funções dos órgãos se enfraquecem, a circulação do sangue e dos líquidos é freada, as transformações são dificultadas. Por outro lado, um acúmulo excessivo de qì por sua vez pode gerar calor em excesso, o que também gera patologias. Fala-se de "depressão do qì que se transforma em calor" (qì yù huà rè 气郁化热)[36] . Aqui o termo calor não se refere ao aquecimento leve do corpo, mas a um fenômeno patológico caracterizado por um excesso de calor. Quando o qì

36 Zhū Dān Xī que desenvolveu a teoria das seis depressões/estagações, se exprime assim: "O qì está em excesso, então há o fogo".

está em excesso aparece a aversão ao calor, preferência pelo frio, calor no corpo (por exemplo, febre, fogachos...), compleição vermelha, agitação do coração (xīn fán 心烦 = agitação mental) aparecem. "O qì está pleno [então há] o calor. O qì está deficiente [então há] o frio", (Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn - capítulo 53).

Resumindo se diz que o qì aquece pois:

1 - O qì mantém constante a boa temperatura corporal.
2 - O qì aquece para estimular as funções dos órgãos e canais.
3 - O qì aquece para estimular a circulação dos líquidos e sangue.

D- Nutrição (Yíng Yǎng 营养)

O qì é a raiz e a origem do ser humano. É ele que gera o corpo e temos que repetir o princípio tradicional: "o qì se acumula então a forma (corpo) é produzido, o qì se dispersa então a forma morre", (Yī Mén Fǎ Lǜ – Leis da medicina). O qì é a "matéria prima" que constitui cada pessoa. Quando o organismo é formado, é preciso mantê-lo, nutri-lo. E, novamente, a nutrição depende do qì. Ele também corresponde à nutrição fundamental do homem: "o céu nutre o homem com os cinco qì", (Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn – capítulo 9). O qì dá força ao corpo. Se o qì é fraco o indivíduo é deficiente, se o qì é abundante, o indivíduo é forte.

O qì permite dois tipos de nutrição : uma nutrição direta e outra indireta. O qì produz qì. Graças a isto ele nutre diretamente os órgãos e vísceras, os canais, os tecidos de todo o organismo. Através da transformação e transporte dos alimentos, produzindo jīng, sangue e líquidos, por todo o organismo, estes podem nutrir o corpo.

Lembremos que o qì, o sangue, o jīng, os líquidos provém do qì puro do ar (céu), do jīng qì da água e dos grãos (terra) e do jīng dos rins (homem) e que tudo isso é transformado pelo próprio qì. Então, o qì é ao mesmo tempo a nutrição (direta ou indireta) e o instrumento que permite a nutrição do corpo.

Resumindo dizemos que o qì nutre pois:

1 - O qì é o alimento essencial do corpo .
2- O qì é o instrumento que permite a nutrição do corpo.

E - Proteção (Fáng Yù 防御)

O ser humano vive num ambiente natural entre o céu e terra. A natureza é igualmente constituída de qì. Alguns são úteis para nutrir o corpo, enquanto outros são hostis ao homem. Aqueles que podem prejudicar a saúde são chamados qì perverso (xié qì 邪). Para se defender destes perversos externos

(wài xié 外邪), um qì específico se estende por toda a superfície do corpo. O qì correto (zhèng qì 正气) e especialmente o qì defensivo (wèi qì 卫气) tem um duplo papel ao nível da proteção. Primeiramente, eles impedem os perversos externos de atacar o corpo lhes oferecendo resistência. O qì é uma barreira. Em seguida, se estes perversos tiverem sucesso em seu ataque, eles os combatem e os expulsam para que não penetrem mais profundamente no corpo. O qì é um soldado. Se o qì correto é abundante, o qì perverso terá dificuldades para invadir o corpo. Se conseguir penetrar, terá dificuldade para se desenvolver. Quando o qì correto é abundante, o retorno à harmonia, à cura, é rápido e fácil. Caso contrário, o indivíduo está sujeito aos ataques frequentes do qì perverso e as doenças são mais longas e difíceis de curar. "O qì defensivo, protege o corpo todo, ele aquece as carnes, hidrata os poros da pele, impede o perverso de atacar", (Yī Zhǐ Xù Yú – Introdução sobre as intenções da medicina).

Resumindo dizemos que o qì protege pois:

1 - O qì protege dos perversos externos.
2- O qì expulsa os perversos para o exterior.
3- O qì combate os perversos e favorece a cura e a recuperação.

F- Consolidação e Contenção (Gù Shè 固摄)

Eu hesitei longamente antes de escolher "consolidação e contenção" para traduzir "gù shè". Gù 固 significa fortalecer, reforçar, consolidar, conter. Shè 摄 significa recolher, retomar, segurar, conter, manter. Optei por termos em francês que melhor exprimissem a função "gù shè" que é a de consolidar e conter os líquidos e os tecidos em seus lugares.

Por natureza, os órgãos e vísceras, os líquidos, o sangue, o esperma, os tecidos tem uma forma, pertencem ao yīn. A natureza yīn implica uma tendência à escoar para baixo se nada for feito para mantê-los no lugar. O que permite à estes diferentes elementos do corpo se manter em seus lugares, o que assegura a coesão do corpo, é o qì. Esta função se exprime de várias formas:

1 - Ela permite conter o sangue nos vasos e de impedi-lo de sair. Se o sangue está dentro dos vasos ele pode circular convenientemente, caso contrário aparecem as hemorragias. O qì do baço cumpre esta missão. Se o qì do baço é vigoroso, o sangue se mantém nos vasos. Se é deficiente, a função de conter o sangue (tōng xuè 统血) se enfraquece e provoca toda forma de hemorragias, como por exemplo, epistaxe, hematêmese, sangramento retal, hematúria, metrorragia, menorragia, púrpura, etc....

2 - Ela permite controlar a retenção e a excreção dos líquidos do corpo, em particular da saliva, líquidos do estômago quando é importante serem guardados, expulsá-los quando o momento é oportuno e regular as quantidades excretadas. Em caso de deficiência de qì, numerosos distúrbios podem se desencadear devido à falta de controle : sialorreia, vômito de líquido claro, diarreia líquida, leucorreia fluída, incontinência urinária, enurese, nictúria, micções abundantes e frequentes, transpiração espontânea, espermatorreia, ejaculação precoce, etc.

3 - Ela permite fixar e manter os órgãos e tecidos no lugar, evitando as ptoses e os prolapsos. O qì do baço tem a honra de assumir esta função. Seu qì ascendente impede que os tecidos colapsem. É um pouco como se o qì do baço representasse a energia que luta contra a força da gravidade, a energia que permite ao ser humano de se manter ereto. Em caso de deficiência de qì do baço, temos a impressão de não mais se manter em pé (falta de força física, fadiga...), os tecidos se desmoronam (as pálpebras caem, as linhas do rosto se afundam, a pele torna-se mole e cai...), os órgãos sofrem de ptose ou de prolapsos (ptose do rim, do estômago, do fígado, prolapso do reto, do útero...) Pode-se também incluir os abortamentos espontâneos ou de repetição onde o feto não é sustentado em seu lugar. Mas neste último caso, é mais sobre os rins que se deve pensar.

Resumindo dizemos que o qì consolida e contém pois :

1 - O qì mantém o sangue nos vasos.
2 - O qì mantém e excreta os líquidos do corpo.
3 - O qì fixa e mantém os órgãos e tecidos em seus lugares.

Conclusão

Embora por razões pedagógicas seja necessário separar as seis funções do qì, na realidade clínica, elas se manifestam em conjunto. Ao mesmo tempo, o qì transforma e mobiliza, aquece e nutre mantendo em seus lugares os diferentes atores da transformação, sem esquecer-se de cuidar da proteção do corpo. É preciso pensar o qì como uma unidade e o conjunto de suas funções como uma globalidade. O qì é Um e possui uma única função com seis facetas.

4 - Os movimentos do qì

A- Origem dos movimentos do qì

Como vimos nos fundamentos filosóficos do qì, este possui diferentes características e uma das mais essenciais é o movimento. Segundo os antigos, o qì está em atividade e movimento constantes. Também sabemos que o qì possui duas tendências específicas que a tradição chinesa chama de yīn e yáng. Um é o qì pesado, maciço, denso, calmo, é o yīn qì, o outro é o qì leve, sutil, pouco denso, dinâmico, é o yáng qì. É da interação e do antagonismo destes dois princípios que surge a troca, a atividade, a circulação, a comunicação e a transformação.

Desta oposição entre o yīn e o yáng nasce diversos tipos de movimentos complementares: condensação/dispersão, atração/repulsão, inspiração/expiração, entrada/saída, contração/expansão, subida/descida, interiorização/exteriorização, etc. Em medicina chinesa, nós os reunimos em duas duplas fundamentais que são a base da fisiologia do organismo : a subida e a descida, a entrada e a saída. Desde a origem da medicina chinesa o Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn no capítulo 68 assinalou a importância capital destes quatro dinamismos sem os quais não poderia haver vida: "Sem saída e entrada, não há nascimento,

desenvolvimento, maturidade, envelhecimento ou fim. Sem subida e descida, não há nascimento, desenvolvimento, transformação, recolhimento e armazenamento" e "Não há o ser sem a subida, a descida, saída e a entrada". Para evocar os diferentes movimentos do qì e de seus papéis ao nível da fisiologia, falamos também em "mecanismos" do qì (qì jī 气机).

B - Direção dos movimentos do qì

Os quatro movimentos fundamentais do qì são a subida, a descida, a entrada e a saída.

升 ***A subida (shēng) é um movimento vertical de baixo pra cima, como o movimento da madeira.***



降 ***A descida (jiàng) é um movimento vertical do alto para baixo, como é o movimento do metal.***



入 ***A entrada (rù) é um movimento "centrípeto" do exterior do corpo para o interior, como o movimento da água. O termo centrípeto é talvez um pouco forte aqui porque embora possa descrever realmente alguns movimentos centrípetos, a entrada pode ser simplesmente um movimento de penetração do qì do exterior para o interior sem forçosamente chegar ao centro do corpo.***



出 ***A saída (chū) é um movimento "centrífugo" do interior do corpo para o exterior, como é o movimento do fogo. O termo centrífugo é talvez um pouco forte aqui porque embora possa descrever realmente alguns movimentos centrífugos, a saída pode simplesmente ser um movimento de evacuação do qì do interior para o exterior.***



Como evidencia Zhāng Jiè Bīn no Jing Yue Quan Shu (Obra completa de Jing Yue), a subida é devida yáng qì enquanto que a descida é devida ao yīn qì : "O yáng governa o movimento, o yīn governa o repouso, o yáng governa a subida, o yīn governa a descida", (Jǐng Yuè Quán Shū – Obra completa de Jing Yue) e "O yáng sobe à esquerda, o yīn desce à direita", (Lèi Jīng – Clássico das classificações). Da mesma forma, a entrada está associada ao yīn qì e a saída ao yáng qì.

C- Os movimentos do qì na fisiologia

O essencial das funções fisiológicas depende dos canais e dos órgãos e vísceras. Todas estas atividades dependem dos quatro movimentos de base que acabamos de descrever. Nenhum canal, nenhum órgão escapa a estes quatro dinamismos. A fisiologia é movimento, a vida é movimento. O funcionamento dos canais e dos órgãos e vísceras é baseado nos "mecanismos do qì". O bom andamento do organismo depende destes quatro movimentos: "Os olhos, as orelhas, o nariz, a língua, o corpo, o pensamento, o espírito, o conhecimento, tudo funciona graças à circulação fluida da subida, descida, saída e entrada. Se houver uma obstrução (destes movimentos) então o organismo não pode funcionar. É por isso que os olhos não veem, as orelhas não ouvem, o nariz não discrimina os perfumes, a língua desconhece os sabores, os tendões ficam atrofiados, os ossos doem, as unhas entortam, os dentes apodrecem, os pelos e os cabelos caem, a pele perde a sensibilidade, os intestinos e o estômago não drenam", (Dú Yī Suí Bǐ – Ensaio sobre leituras médicas). Para ilustrar esta ideia, iremos desenvolver quatro exemplos típicos onde os mecanismos do qì são fundamentais.

a - Baço e estômago : o eixo central (zhóu xīn 轴心)

Para melhorar nossa compreensão dos movimentos, devemos tomar consciência de que eles não se realizam individualmente, separadamente uns dos outros. O exemplo do baço e estômago nos permite compreender que eles são um dos instrumentos da globalidade do organismo. O objetivo da digestão governada pelos órgãos terra é assimilar o jīng dos alimentos e expulsar os dejetos que são produzidos nesta transformação. Aquilo que é assimilável é chamado de puro (qīng 清) enquanto que os dejetos são chamados de turvo (zhuó 浊). O puro, para que seja absorvido, é levado pelo baço para o coração e o pulmão. O turvo, que deve ser evacuado, é levado para baixo pelo estômago em direção aos intestinos. A partir daí, devemos evidenciar dois fatos :

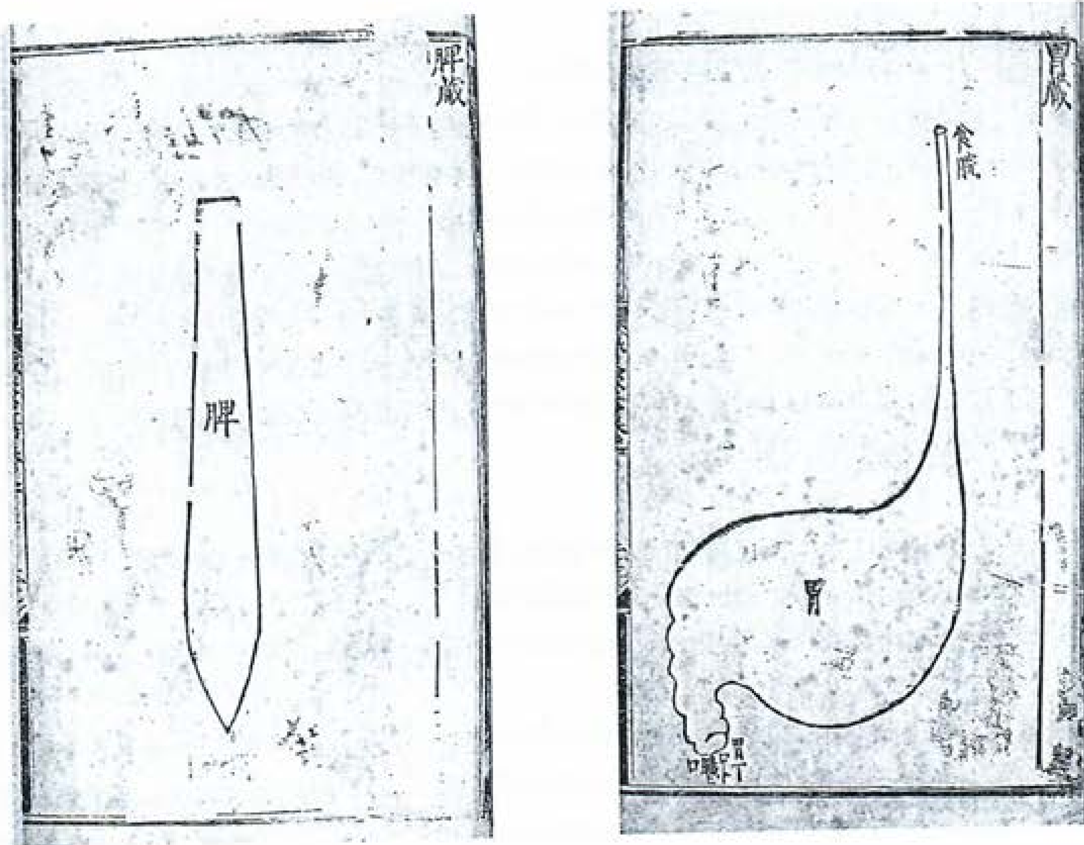
1 - A subida do baço depende do movimento ascendente do fígado e a descida do estômago é auxiliada pelo movimento descendente da vesícula biliar. Isto significa que os movimentos dos órgãos e vísceras ajudam ou são ajudados por outros órgãos. Nunca são separados uns dos outros.

2 - A subida do baço e a descida do estômago se influenciam reciprocamente. Se a subida do puro é eficaz, o turvo pode descer com facilidade. Se a descida do turvo se efetua adequadamente, a subida do puro também é facilitada. Se o turvo, que tem uma natureza obstrutiva e colante, desce mal e estagna no aquecedor médio, a subida do puro pode ser dificultada, mais pesada, mais lenta. Se o puro, que tem a missão de nutrir os órgãos e vísceras, permitindo-lhes assumir suas funções, não subir corretamente, as funções de descida do qì do estômago, da vesícula biliar, do pulmão e do intestino grosso não poderão assegurar uma boa excreção do turvo. Os movimentos são interdependentes e se induzem mutuamente.

"O baço é a terra yīn onde o yáng sobe, o estômago é a terra yáng onde o yīn descende. A terra se situa no centro assim o fogo sobe e a água desce. À esquerda há a madeira, à direita há o metal,

à esquerda governa a subida, a direita governa a descida[37], os cinco movimentos (wǔ xíng) sobem e descem (...). A subida depende do qì do baço que pivoteia sobre a esquerda, a descida depende do qì do estômago que gira[38] sobre a direita. É por isso que quando o qì central é próspero, ou seja, o baço sobe e o estômago desce, quatro representações (sì xiàng 四象)[39] pivoteiam como uma roda. [Se] o qì do centro é represado, então o baço está em estagnação e o estômago em inversão, as quatro representações estão sem movimento", (Yī Xué Qiú Shì – Verdadeiras pesquisas sobre medicina).

Podemos constatar que os movimentos do qì giram ao redor de um eixo central : o baço e o estômago. É por isso que este eixo é chamado eixo central (zhóu xīn 轴心) de subida e descida. "O baço e o estômago se ocupam do pivô de subida e descida", (Běn Cǎo Shù Gōu Xuán – Matéria médica conforme sondagem obscura). Deve-se notar que a tradição utiliza outras expressões para designar o eixo central do organismo: núcleo central (hé xīn 核心), nó (shū niǔ 枢纽), centro (zhōng xīn 中心)...



O baço e o estômago
Ilustração retirada do Zhēn Jiǔ Jù Yīng 针灸聚英
(Coleção do melhor sobre sobre acupuntura e moxabustão), publicado em 1537

37 À esquerda o qì do baço e do fígado sobem, à direita o qì do estômago e do pulmão descem.
38 Eu acho que as expressões "pivotear à esquerda" e "girar à direita" significam se apoiar sobre o qì ascendente da madeira à esquerda e se apoiar sobre o qì descendente do metal à direita.
39 As quatro representações (sì xiàng 四象) são os quatro símbolos ou imagens do Yì Jīng (Clássico das mutações): shào yīn 少阴, shào yáng 少阳, tài yīn 太阴, tài yáng 太阳 que são associados, segundo o capítulo 41 do Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn, respectivamente ao pulmão, ao fígado, aos rins e ao coração. O centro tem relação com terra/baço/estômago, ao redor do qual os quatro outro movimentos pivoteiam como uma roda em torno de um eixo.

b - Pulmão e fígado: a roda externa (wài lún 外轮)

O pulmão tem a função de receber o ar puro (qīng qì 清气), e expulsar o ar viciado (zhuó qì 浊气), difundir e descender o qì e os líquidos. Concretamente com o movimento de entrada, ele absorve o qì puro (o qì celestial) através da inspiração. Com o de saída, ele expulsa as partes do ar não utilizadas pelo corpo através da expiração. Ele difunde o qì, o sangue e os líquidos para a periferia do corpo graças aos movimentos de subida associado ao de saída (movimento ascendente e centrífugo). Ele descende os líquidos para a parte inferior do corpo graças ao movimento de descida. Ele descende o qì para os rins graças ao movimento centrípeto e descendente. Nós podemos ver que o pulmão possui em suas funções principais os quatro dinamismos de base, inclusive, se combinam entre eles. A saída se combina à subida enquanto que a entrada se combina à descida.

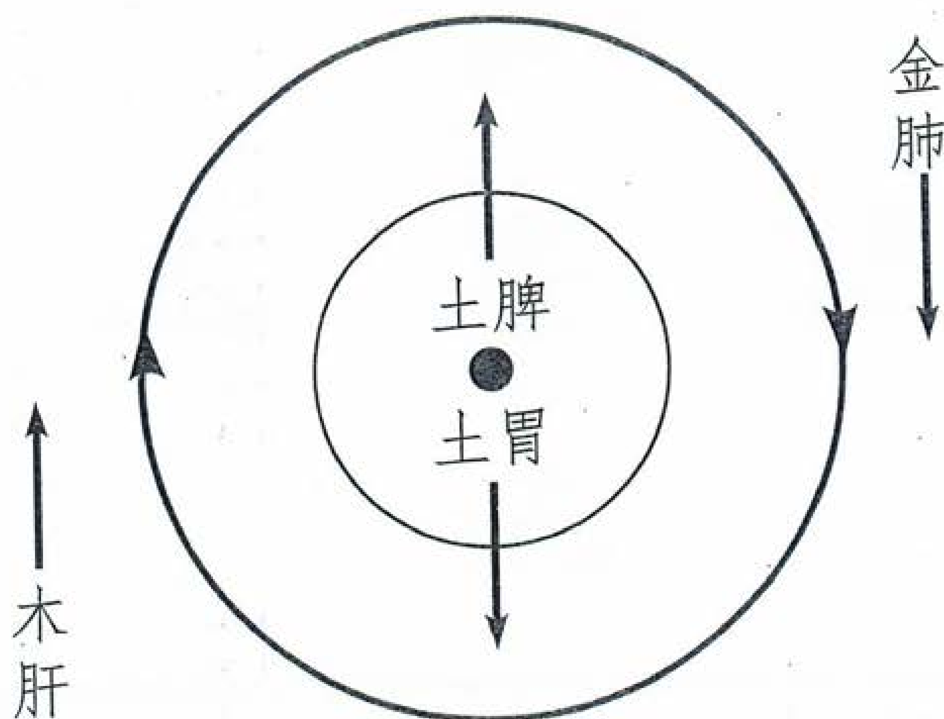
Antes de continuar, devemos nos lembrar que tradicionalmente os cinco órgãos zàng são representados por um esquema no qual o baço está no centro, o coração no alto, os rins embaixo, o fígado à esquerda e o pulmão à direita. Cada órgão é associado à um trigrama específico : o coração à lí (离) ao sul, os rins à kǎn (坎) ao norte, o fígado à zhèn (震) ao leste, o pulmão à duī (兑) à oeste. Trata-se de uma orientação simbólica sem relação com a anatomia física real. "[No] corpo humano, o coração está no alto, os rins embaixo, o pulmão à direita, o fígado à esquerda, o baço e o estômago ficam sozinhos no centro", (Lǐ Xū Yuán Jiàn – Reflexão para regular o vazio original).



Quando estudamos a natureza dos movimentos na fisiologia dos zàng fǔ, é comum citar a dupla pulmão/fígado. Diz-se que o qì do fígado sobe à esquerda e o do pulmão desce à direita. Segundo alguns critérios da medicina chinesa à esquerda é yáng. Além disso, "o fígado é o pequeno yáng no yīn". Ou ainda, o yáng governa a subida. É por isso que se diz que o pulmão desce à direita. Estes dois movimentos ajudam respectivamente o qì do baço a subir e o qì do estômago a descer. O fígado embaixo, no aquecedor inferior, favorece a subida, enquanto o pulmão no alto, no aquecedor superior, favorece a descida.

Este papel dos órgãos madeira e metal são evidenciados por Yè Tiān Shì, um dos fundadores da escola das doenças mornas (温病学派 wēn bìng xué pài): "O mecanismo do qì do corpo humano é ligado naturalmente ao céu e à terra. O fígado sobe à esquerda, o pulmão desce à direita. A subida e a descida acontecendo de forma correta, o mecanismo do qì se instala. O transporte, o fluxo, a circulação do jīng qì no corpo humano se faz graças ao pivoteamento do fígado e do pulmão. A subida do fígado o envia para o alto, para atingir a cabeça até os orifícios superiores. A descida do pulmão o envia para baixo para atingir os órgãos até os tendões e ossos. Isto faz com que o qì e o sangue circule livremente e que os órgãos estejam calmos e em harmonia".

Isto mostra que o fígado e o pulmão tem um papel crucial na promoção dos movimentos de subida e de descida, da mesma forma que o baço e o estômago, mesmo que estes últimos sejam os iniciadores deste dinamismo graças às suas posições centrais. Enquanto a dupla baço/estômago é considerada como o eixo central do mecanismo do qì, o fígado e o pulmão são a roda externa (wài lún 外轮) da subida e da descida. Se um destes dois órgãos se desregula, o outro também se desregulará e a subida e descida serão perturbadas. "[Se] o yáng do fígado não sobe e não flutua, então o qì do pulmão não pode descer", "[Se] o qì da descida [do pulmão] não está correto, o mecanismo de subida e descida fica entravado", (Huí Chūn Lù Xīn Quán – Novos comentários sobre a coleção do retorno da primavera).



O eixo e a roda da subida e da descida

c - Coração e rins: a raiz (běn 本)

Outro exemplo típico dos mecanismos do qì é a união entre fogo e água. "O coração é o grande yáng no centro do yáng". Quando o yáng qì se acumula torna-se fogo. É por isso que no corpo o coração representa o fogo do trigrama lí (离)[40] . "Os rins são o grande yīn no centro do yīn". Quando o yīn qì se acumula, torna-se água. É por isso que no corpo os rins representam a água do trigrama kǎn (坎)[41] . O capítulo 5 do Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn diz : "A água e o fogo são a expressão e a revelação do yīn e do yáng". De fato, o fogo (coração) e a água (rins) são a expressão do yīn e do yáng no organismo e em particular ao nível dos movimentos do qì.

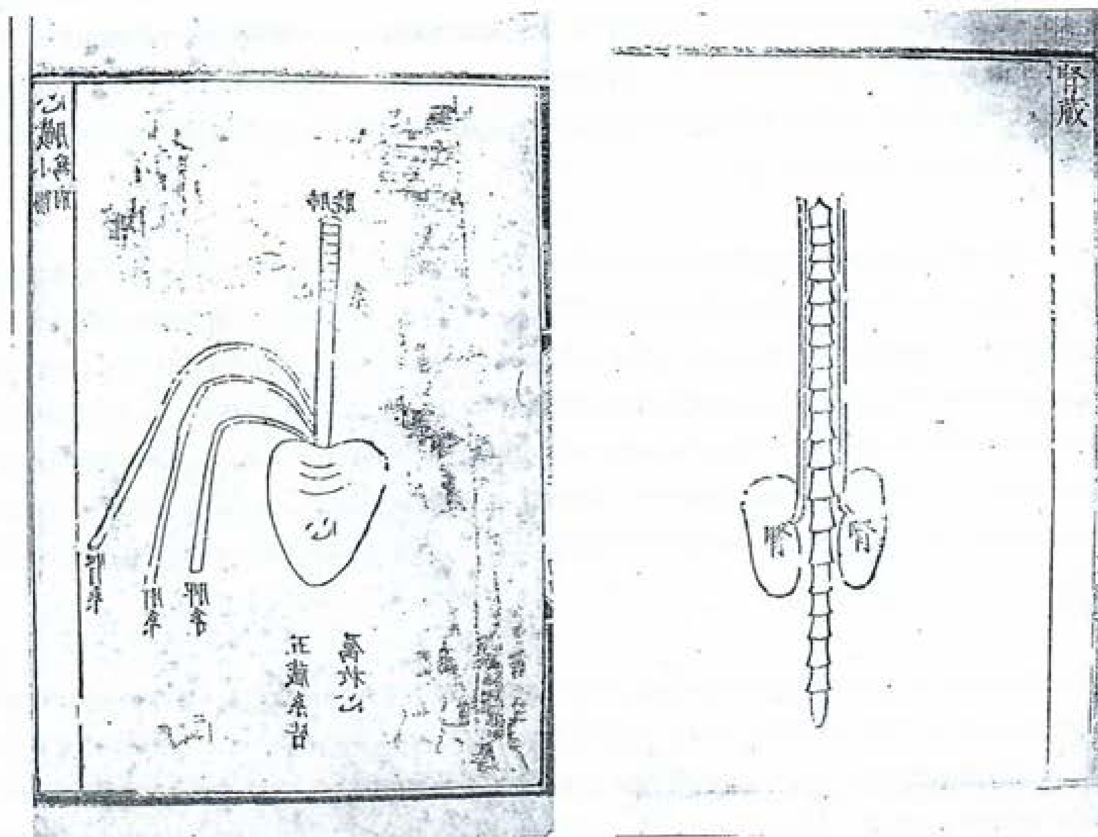
Efetivamente, para equilibrar o yīn e o yáng do organismo, a água dos rins e o fogo do coração devem se unir. A água dos rins é o yīn do rins. Este yīn do rins deve subir e se unir ao yīn do coração para apoiá-lo no controle e equilíbrio do yáng do coração. O fogo do coração é o yáng do coração. Ele deve descer e se juntar ao yáng do rim para apoiá-lo no controle e equilíbrio do yīn do rins. O fogo do coração e do rim se combinam para amornar a água dos rins para que não se congele. A subida do yīn dos rins e a descida do yáng do coração representam os movimentos de subida e descida do yīn e do yáng no organismo. Permitem harmonizar o alto e o baixo, o norte e o sul, a água e o fogo, o yīn e o yáng favorecendo assim o equilíbrio geral.

"O coração é fundamentalmente o órgão do fogo, mas dentro do fogo há a água. Os rins são fundamentalmente os órgãos da água, mas dentro da água há o fogo. O fogo é o governador da água e é por isso que o qì do coração deseja descer e se unir [à água]. A água é a fonte do fogo e é por isso que o qì do rim deseja subir e apoiar [o fogo]. A água que não sobe torna-se doença. Ao regularizar o yáng do rins, o yáng qì é suficiente, o qì da água o segue [movimento ascendente do yáng] e sobe. O fogo que não descende torna-se doença. Ao nutrir o yīn do coração, o yīn qì é suficiente, o qì do fogo o segue [movimento descendente do yīn] e desce", (Wú Yī Huì Jiǎng – Compilação e explicação da medicina por [Senhor] Wu). Esta excelente citação não é a única a explicar este mecanismo. Por exemplo, Shí Shòu Táng em Yī Yuán (As fontes da medicina) diz : "O coração pertence ao fogo, mas no centro do coração há o sangue, no centro do coração há o yīn verdadeiro. Esta é a razão pela qual o fogo segue a descida do yīn verdadeiro e se une aos rins água. Os rins pertencem à água, mas no centro do rim há o qì, no centro da água há o yáng verdadeiro. Esta é a razão pela qual a água do rim segue a subida do yáng verdadeiro e se une ao fogo do coração".

Quando a água recebe o fogo, ela sobe. Quando o fogo recebe a água ele desce. É por isso que falamos não só de união entre água e fogo, mas de auxílio mútuo. É deste auxílio mútuo que nasce o equilíbrio. Como assinala Zhāng Jiè Bīn, se a união entre água e fogo é rompida, a vida é colocada em risco: "A natureza do fogo é o calor. Supondo que o fogo esteja sem a água, o calor obrigatoriamente será

40 Lembramos que o trigrama lí (离) é associado ao fogo, ao sul e ao coração.
41 Lembramos que o trigrama kǎn (坎) é associado à água, ao norte e aos rins.

extremo. Se o calor é extremo, destrói o yīn, então os dez mil seres serão queimados e ressecados. A natureza fundamental da água é o frio. Supondo que a água esteja sem o fogo, o frio obrigatoriamente será extremo. Se o frio é extremo, destrói o yáng, então os dez mil seres serão imóveis e sumirão".



O coração e os rins
Ilustração retirada do Zhēn Jiǔ Jù Yīng 针灸聚英
(Coleção do melhor sobre sobre acupuntura e moxabustão), publicado em 1537

d - Um eixo, uma roda, uma raiz

Concluindo podemos dizer que no nível dos órgãos zàng, os dois órgãos no alto do corpo, coração e pulmão, fazem descer, os dois órgãos na parte de baixo do corpo, fígado e rins, fazem subir e ao centro baço/ yīn faz subir e estômago/yáng faz descer. O fogo e o metal fazem descer, a água e a madeira fazem subir, o todo ao redor do pivô central, a terra que possui os dois movimentos. Isto foi apresentado por Zhū Dān Xī em Dān Xī Xīn Fǎ (O coração dos métodos Dan Xi) : "O baço reune a virtude da tranquilidade de kūn (坤)[42] e o movimento da força de qián (乾)[43] , é por isso que o yáng do coração e do pulmão descem, o yīn do fígado e dos rins sobe, e isto produz pacificamente a união do céu e da terra". A ideia que os cinco órgãos estão na origem dos movimentos do yīn e do yáng no organismo se encontra em numerosos textos de referência como por exemplo o Sì Shèng Xīn Yuán (Espírito original dos quatro sábios) de Huáng Yuán Yù : "A terra é a mãe das quatro representações (sì xiàng 四象)[44] , [quando] ela

42 Lembramos que kūn (坤) é o trigrama do yīn máximo associado à terra, ao yīn qì.
43 Lembramos que qián (乾) é o trigrama do yáng máximo associado ao céu, ao yáng qì.
44 Ver a observação 39.

prospera, gera quatro representações" e "a água, o fogo, o metal, a madeira, é o que chamamos de quatro representações. As quatro representações são a subida e a descida do yīn yáng". Vemos assim, quatro órgãos que asseguram os movimentos do yīn yáng ao redor de um eixo central que não é outro senão o baço: "O órgão baço fica no centro, é o pivô do alto e baixo, da subida e da descida", (Yī Biǎn – Caminhada [para acessar] a medicina).

e - O papel do fogo ministro através dos três aquecedores e a vesícula biliar nos movimentos de subida/descida

Segundo Tián Hé Lù (田合禄) grande mestre contemporâneo desconhecido no Ocidente, autor do "zhōng yī nèi shāng huǒ bìng xué[45] (中医内伤火病学)" (Estudo sobre as lesões internas das doenças do fogo da medicina chinesa), o fogo ministro tem um papel determinante nos mecanismos de subida e descida. Como nós explicamos no capítulo sobre os rins, o fogo ministro corresponde ao yáng original (yuán yáng 元阳) cujo papel é transformar a água/ jīng dos rins em qì original (yuán qì 元气) base de todos os outros qì do corpo. Aquecendo, favorecendo as transformações, mobilizando, o fogo ministro induz os movimentos do qì. Desde o Nèi Jīng (Clássico interno), o fogo ministro foi associado ao shào yáng 少阳. O shào yáng é constituído do triplo aquecedor e da vesícula biliar que são dois órgãos depositários do fogo ministro.

Além disso, o baço e o estômago são o pivô, o eixo central que permite os movimentos. O baço segue a subida do triplo aquecedor (ou seja, fogo ministro ascendendo). O qì do baço sobe, então todos os outros qì sobem. O qì sobe até atingir o pulmão no topo onde atinge seu zênite e, então, desce. Pois quando o qì da terra alcança o final da subida, ele dá lugar à descida : "A subida é alcançada[46] então começa a descida, a descida é o céu", (Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn – capítulo 68). O estômago segue a descida da vesícula biliar (ou seja, fogo ministro descendendo). O qì do estômago desce, então todos os qì descem. O qì desce até atingir o fígado, chegando ao seu ponto mais baixo ele recomeça a subida. Pois quando o qì do céu alcança a descida, ele dá lugar à subida : "A descida é alcançada, então começa a subida, a subida é a terra", (Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn – capítulo 68). Podemos concluir que o baço, triplo aquecedor e fígado estão implicados na subida e que o estômago, vesícula biliar e pulmão estão implicados na descida e que todos estes movimentos são dependentes da função ativadora do fogo ministro.

Deve-se notar que o fígado também é um depositário do fogo ministro e que o pulmão o controla e regula graças ao seu movimento de descida que, por sua vez, é induzido indiretamente pela subida. Trata-se de uma nova demonstração da lei do retorno de Lǎo Zǐ (Quando as coisas chegam ao seu apogeu elas retornam à sua origem). "[Se] o yáng do fígado não sobe e não flutua, o pulmão não poderá descender", "[Se] o qì da descida [do pulmão] não está correto, o mecanismo da subida e da descida fica entravado", (Huí Chūn Lù Xīn Quán – Novos comentários sobre a coleção do retorno da primavera).

45 Obra publicada em 1993 pelas edições científicas e técnicas do Shan Xi.
46 Trata-se do caractére yǐ (已). Aqui a ideia é do processo que chega ao seu final. É o apogeu do yáng que dá lugar ao yīn. É o yáng excessivo que se transforma em yīn. Quando um estado chega ao seu máximo ele se transforma no estado oposto...

Deve-se notar que o fogo ministro tem uma relação particular com os três órgãos zàng que governam a água: os rins, o baço e o pulmão. O fogo ministro é nutrido pela água e evolui na camada do qì. Nutrindo os órgãos e vísceras, ele permite que eles assumam suas funções (qì) e favorece seus movimentos. Os rins governam o jīng dos cinco órgãos zàng, o baço governa o qì dos cinco órgãos zàng. Os dois governam a transformação para executar a subida (shēng 升) e a saída (fú 浮). O fogo ministro aquece o pulmão. Assim a fonte superior de água não é perturbada, pode difundir e descender com harmonia. A descida do qì do pulmão não se faz sem a ação do fogo ministro.

Podemos constatar que o fogo ministro tem parte ativa nos mecanismos do qì. Nutrindo os órgãos, o fogo ministro favorece suas funções e em particular os quatro movimentos do qì: subida, descida, entrada e saída.

f - O exemplo dos líquidos

Ao observarmos o processo de assimilação e de excreção de líquidos descrito no capítulo 21 do Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn, é interessante constatar que ele é ritmado pelos quatro movimentos de base : entrada, subida, descida e em seguida, a saída. "Os líquidos entram no estômago, há uma propagação do jīng qì. No alto eles são transportados (isto é, os líquidos) para o baço. O qì do baço dispersa o jīng que sobe ao pulmão, [o pulmão] draga e regulariza a via das águas, embaixo eles (os líquidos) são transportados para a bexiga".

Não é explicitamente observado que após serem estocados pela bexiga, os líquidos sejam expulsos para o exterior, terminando o processo pela saída. No entanto é evidente para todos. A gestão dos líquidos depende diretamente do mecanismo do qì. Se um destes movimentos falhar, pode haver desequilíbrio de líquidos no corpo : deficiência se a entrada se faz de forma incorreta, estagnação e acúmulo se a subida e a descida se operam mal, retenção se a saída não está correta.

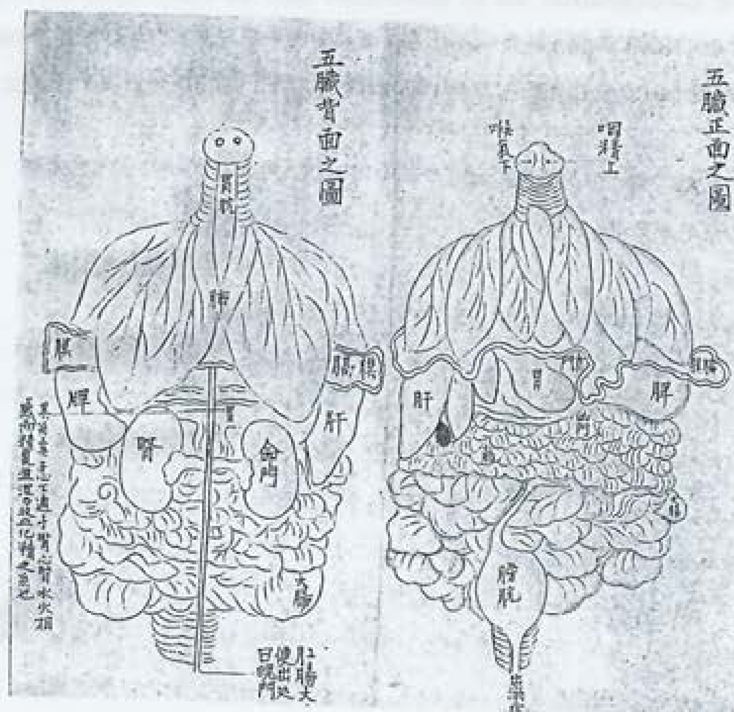
g - Os cinco movimentos (wŭ xíng) e os cinco órgãos zàng

Em relação aos cinco movimentos, se diz que a água sobe shēng (升), que o fogo desce jiàng (降), que a madeira emerge fú (浮[47]), que o metal imerge chén (沉[48]) e que a terra é o pivô central zhōng shū (中枢) em torno do qual todos estes movimentos se articulam. Encontramos estas grandes direções dos cinco movimentos nos cinco órgãos zàng como a subida dos rins, a descida do fogo do coração, a emergência do qì do fígado, a imersão do qì do pulmão. Existe, portanto, uma coerência entre os cinco movimentos e os movimentos gerados pelos cinco órgãos zàng. Podemos resumir as tendências de todos os órgãos da seguinte maneira :

47 Fú 浮, é uma característica daquilo que flutua, emerge, se desloca em direção ao alto do corpo por causa da natureza leve da madeira. Tem também uma relação com a saída.
48 Chén 沉, é a característica daquilo que afunda, imerge, vai para baixo no corpo por causa da natureza pesada do metal. Tem também uma relação com a entrada.

O qì do fígado sobe.
O qì da vesícula biliar desce e sobe[49].
O qì do coração desce.
O qì do intestino delgado desce.
O qì do baço sobe.
O qì do estômago entra e desce.
O qì do pulmão entra e desce, sobe e sai[50].
O qì do intestino grosso desce e sai.
O yáng qì dos rins desce, enquanto que o yīn qì sobe[51].
O qì da bexiga sai.

Apenas os zàng fǔ que possuem relação com o exterior podem ter um movimento de entrada e/ou de saída. É o caso do pulmão, do estômago, da bexiga e do intestino grosso. Todos os outros só operam movimentos internos de subida e descida, mas podem ser influenciados pela entrada e saída dos primeiros. É interessante constatar que ao nível dos cinco órgãos zàng, aqueles que estão no alto, coração e pulmão, possuem qì descendente e aqueles que estão embaixo, fígado e rins, possuem qì ascendente. O alto e o baixo se comunicam e o centro faz a ligação. (Ver a seção "O baço no centro dos cinco órgãos Zàng" no capítulo sobre o baço).



Representação anterior e posterior dos órgãos zang fu
Ilustração retirada do Líng Chuán Shòu Tóng Rén Zhǐ Xué 淩门传授铜人指穴 *(Ensino da porta do céu sobre os pontos de acuuntura do homem de bronze), escrito por Kāng Xī Qián* 康熙前 *e publicado durante a dinastia Qing*

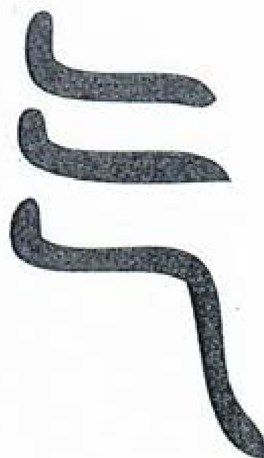
49 De fato, a vesícula biliar ajuda o qì do baço a subir e o qì do estômago a descer. Ver o capítulo sobre a vesícula biliar.
50 Se diz que o movimento primordial do pulmão é a descida. É um exagero quando levamos em conta que uma das suas principais funções é a distribuição do qì, do sangue, dos líquidos para todo o organismo graças ao seu movimento de difusão que tem um dinamismo ascendente e centrífugo.
51 O qì dos rins recebe o qì (nà qì 纳气), para ajudar a descida. O yīn dos rins sobe para nutrir o coração. Sabemos que é o aspecto fogo (yáng qì) dos rins que faz subir a água (yīn qì) dos rins. Como sempre as leis são relativas e dependem do referencial utilizado.

D - A subida do yáng puro e a descida do yīn turvo

Na dialética do puro e do turvo, a subida corresponde à subida do yáng puro, a descida à descida do yīn turvo, a saída à saída do yīn turvo e a entrada à entrada do yáng puro.

O yáng puro é elevado e difundido pelo qì. O yáng puro corresponde à parte assimilável e leve do jīng sutil (jīng wēi 精微) dos alimentos, mas também ao ar puro inspirado pelo pulmão. O yīn turvo é descendido e expulso pelo qì. O yīn turvo corresponde, de acordo com o contexto, seja à parte densa, espessa do jīng sutil dos alimentos, seja à.parte não assimilável dos alimentos ou ao ar viciado expirado pelo pulmão.

Ainda no plano "digestivo", o Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn capítulo 5 explica que: "o yáng puro sai pelos orifícios superiores, o yīn turvo sai pelos orifícios inferiores, o yáng puro jorra nos poros da pele (còu lǐ 腠理), o yīn turvo vai aos cinco órgãos zàng, o yáng puro preenche os quatro membros, o yīn turvo se dirige às seis vísceras fǔ". O yīn turvo que sai pelos orifícios inferiores corresponde à evacuação das partes não assimiláveis dos alimentos, dos dejetos que nascem da digestão, pela bexiga e pelo intestino grosso. Os orifícios inferiores são a uretra e o ânus. O yīn turvo que vai aos cinco órgãos zàng não corresponde aos dejetos, mas sim à parte densa, espessa do jīng dos alimentos que constitui o qì nutritivo cuja missão é nutrir o interno associado aos órgãos zàng. O yáng puro jorra na superfície da pele e corresponde ao qì defensivo que se manifesta na superfície do corpo que ele nutre e protege. "O qì contém o yīn e o yáng, há o puro e o turvo, o claro emerge e sobe, o turvo imerge e descende (...). O que sobe é o yáng, o que desce é o yīn". (Sì Shèng Xīn Yuán – Espírito original dos quatro sábios).



E - Interdependência dos movimentos

Devemos absolutamente tomar consciência de que estes quatro movimentos são interdependentes e se influenciam mutuamente. Não há entrada sem saída, nem saída sem entrada, não há descida sem subida, nem subida sem descida. É preciso conceber estes quatro movimentos em sua globalidade. É a união destes dinamismos que assegura o funcionamento harmonioso do organismo. Para ilustrar isto, voltamos ao exemplo do baço e estômago.

Se a subida do puro é eficaz, o turvo pode descender com facilidade. Se a descida do turvo se opera adequadamente, a subida do claro é tanto mais facilitada. Da mesma forma que não existe yīn sem o yáng ou yáng sem yīn, não pode existir subida sem descida, nem descida sem subida. Podemos até afirmar segundo o Nèi Jīng (Clássico interno) que a subida e a descida se originam mutuamente : "Quando a subida é alcançada, então começa a descida, (...) ; quando a descida é alcançada, então começa a subida (...) ; a subida e a descida se induzem mutuamente". (Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn – capítulo 68).

Além disso, a inspiração, a entrada do qì puro corresponde à saída do qì turvo, no momento da expiração. A entrada dos grãos no estômago corresponde à saída das fezes graças ao intestino grosso, a entrada das bebidas no estômago corresponde à saída das urinas graças à bexiga.

Mas esta interdependência não termina aqui. Pois para que haja a subida do puro e descida do turvo, é preciso também que haja entrada e saída. Neste caso, trata-se da entrada dos alimentos (recepção) e saída dos dejetos (expulsão). Trata-se de dois outros movimentos complementares à subida e à descida. Para que o puro possa subir, é preciso introduzir no sistema alguma coisa que seja apta a produzir o puro. Quando o turvo desce, não é possível ser estocado de maneira permanente. Aquilo que desce deve sair. Da mesma forma que não existe subida sem descida e vice-versa, não existe subida/descida sem entrada/saída e vice-versa. "Sem saída/entrada não há subida/descida", (Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn – capítulo 68).

F - Os movimentos do qì na patologia

A vida depende dos quatro movimentos de base : entrada/saída, subida/descida. O desaparecimento deles assinala a parada das trocas entre o yīn e o yáng e disso resulta a morte. "A saída e a entrada estando perdidas, os mecanismos de transformação do espírito se apagam, a subida e a descida cessam e o qì isolado[52] morre", (Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn - capítulo 68). Se estes quatro movimentos se desregulam, a doença aparece. À estas quatro tendências fisiológicas correspondem tendências patológicas. Por exemplo, em caso de perturbação dos mecanismos do qì, o qì do fígado tem a tendência a estagnar (qì zhì 气滞: estagnação do qì), o do pulmão a subir em contracorrente (qì nì 气逆: inversão do qì), o do baço à submergir (qì xiàn 气陷: afundamento do qì), etc. Se esta saída do qì é excessiva, chamamos de escape[53] de qì (qì tuō 气脱). Se a subida ou a descida, ou mesmo a entrada ou a saída estão bloqueadas, elas podem se acumular, se aglutinar, se concentrar (qì jié 气结: nó do qì ou qì yù

52 A subida e a descida evocam aqui a subida do yáng da terra/yīn e a descida do yīn do céu/yáng. A troca entre o céu e a terra está na origem de toda produção. Durante a produção dos seres o qì é duplo : yīn e yáng. De suas trocas e de suas lutas nascem os dez mil seres. Se a subida e a descida desaparecem, céu e terra desaparecem, os dois qì complementares se eclipsam e o qì volta ao seu estado indiferenciado e não manifestado, volta a ser o Um do du wú jí 无及 ou do tài xū 太虚. De um certa maneira o qì manifestado que volta a ser "Um" no lugar do "Dois" morre (isto é, desaparece)...

53 A síndrome da exaustão (tuō zhèng 脱证) corresponde a um desequilíbrio no qual o qì, o sangue, o yīn ou o yáng sofrem de uma deficiência extrema. As exaustões podem ser abruptas ou graduais mas em qualquer caso se trata de uma deficiência. O resultado possível destes desequilíbrios é a separação do yīn e do yáng, ou seja a morte. As exaustões de yīn ou de yáng também são chamadas colapso de yīn (wáng yīn 亡阴) ou colapso de yáng (wáng yáng 亡阳).

气郁: depressão do qì). Além disso, como indica Zhōu Xué Hǎi no Dú Yī Suí Bǐ (Ensaio sobre leituras médicas), a entrada/saída tem maior relação com os problemas externos enquanto que a subida/descida tem uma relação maior com os problemas internos: "Para as doenças por lesão interna (nèi shāng 内伤), muitas são [provocadas por um desequilíbrio] da subida e descida, a subida e a descida governam o interno. Para as doenças por ataques externos (wài gǎn 外感), muitas são [provocadas por um desequilíbrio] da saída e da entrada, a saída e a entrada governam o exterior".

Quando o qì circula bem, no sentido correto, fala-se em harmonia, em fluidez dos mecanismos do qì (qì jī tiáo chàng 气机调畅). Nos casos contrários, fala-se da perda da harmonia do mecanismo do qì (qì jī shī tiáo 气机失调) ou ainda da não fluidez dos mecanismos do qì (qì jī bù chàng 气机不畅). Para que o qì circule no bom sentido e de maneira harmoniosa, todos os órgãos, vísceras e canais tem participação. No entanto, três órgãos tem uma missão mais importante que os outros. De fato, o baço produz o qì. Em caso de deficiência do baço, o qì (ou seja, as funções) não importa de qual órgão ou canal pode se desregular e perder sua harmonia. O pulmão difunde (distribui) o qì no conjunto do organismo. Ele impulsiona a circulação do qì no corpo todo. Em caso de deficiência do pulmão, a circulação do qì pode ser perturbada em algum lugar. O fígado por sua vez permite a circulação fluida do qì. Ele tem como missão relaxar as tensões que são um obstáculo para os movimentos do qì, drenar o qì nos canais e favorecer a circulação do qì iniciada pelo pulmão. Quando estes três órgãos assumem corretamente suas tarefas, os mecanismos do qì são harmoniosos e fluidos.

5 - Os diferentes tipos de qì

Temos repetido várias vezes que o qì é fundamentalmente Um. No entanto, a medicina chinesa evoca diferentes tipos de qì. É especialmente ao nível do não manifestado (wú jí 无极) que o qì é único, quando ele não está manifestado. A partir do momento onde há manifestação do manifestação suprema (tài jí 太极), o Um se transforma em dois : yīn qì e yáng qì. E a partir destes dois qì, muitos outros são gerados. A natureza do qì não muda, é a orientação de seu movimento, sua função, seu ritmo, suas variações, o lugar e o momento de sua manifestação. É sua diferenciação, sua especialização que lhe dão a ilusão de ser um qì à parte. Mas, na realidade, o qì é único.

Zhāng Zhì Cōng explica que estas diferentes expressões pertencem ao céu posterior (universo manifestado) e que quando no céu anterior são apenas o "Um": "O jīng, o qì, os líquidos jīn (津), os líquidos yè (液), o sangue e os vasos são gerados pelo céu posterior mas tem suas raízes no céu anterior. Ao nível do céu anterior eles são reunidos em um só qì. Quando eles são produzidos pelo céu posterior eles se diferenciam em seis nomes" (Huáng Dì Nèi Jīng Líng Shū Jí Zhù – Anotações sobre o eixo espiritual do clássico interno do Imperador Amarelo).

Podemos dizer que o qì possui uma natureza única e estável, mas que no homem é a maneira pela qual ele programa seus movimentos e suas transformações, como ele organiza as outras substâncias (sangue, jīng, líquidos...), como ele ordena seus ritmos, como ele se manifesta que provoca esta diferença aparente.

Então, por razões didáticas, falamos de qì confluente (zōng qì 宗气), de qì original (yuán qì 元), de qì verdadeiro (zhēn qì 真气), de qì nutritivo (yíng qì 营气), de qì defensivo (wèi qì 卫气), de qì dos alimentos (gǔ qì 谷气), de qì correto (zhèng qì 正气), de qì dos órgãos (zàng qì 脏气), etc., sabendo que eles são apenas aspectos do mesmo qì. Iremos desenvolver agora os qì essenciais da fisiologia humana.

A- Yuán qì: o qì original



Uma das grandes dificuldades no estudo da medicina chinesa, é que às vezes o mesmo termo pode ter diferentes significados de acordo com o contexto. É preciso então, aprender a reconhecer qual é a circunstância em que nos encontramos quando nos deparamos com um destes termos. Yuán qì (元气) é um destes termos. Existem ao menos três significados para yuán qì. Primeiro é o termo usado pelos sinólogos chineses quando falam do qì no plano filosófico. Falam então da "doutrina yuán qì". É também um conceito filosófico propriamente dito que designa diferentes noções fazendo referência ao qì fundamental que preenche o universo antes de toda manifestação concreta e que está na origem de todas as realidades. E finalmente, é o yuán qì da medicina chinesa que teve, também, diversos significados segundo as épocas ou os autores. O estudo a seguir tenta apresentar a noção médica naquilo que ela tem de mais acadêmica ou de mais ortodoxa.

a - Significado do termo yuán qì (元气)

No yuán qì: qì (气) significa qì sem nenhum equívoco. Yuán (元) corresponde à qualquer coisa que tem relação com o princípio original, o primeiro, a ideia de início. Denota também alguma coisa de fundamental, de supremo, de principal. Yuán qì é na verdade, como iremos ver, um qì fundamental, maior, que é original no sentido de ser o primeiro qì possuído pelo indivíduo, antes mesmo do nascimento. Todos os outros qì são produzidos após o nascimento e com a colaboração do yuán qì. A tradução do qì "ancestral" é ruim pois o caractere yuán 元 não possui este significado. Por isso, eu escolhi "qì original".

Yuán qì (原气): o qì fonte (ou também "qì original") é um sinônimo de yuán qì (元气). Possui o mesmo significado, mas enfatizando que é o qì fonte da vida.

Alguns autores sugerem a ideia de que zhēn qì (真气), o qì verdadeiro, é igualmente um sinônimo de yuán qì e, portanto, os dois termos poderiam ser utilizados para o mesmo conceito. É verdade que na história da medicina chinesa zhēn qì 真气 foi, às vezes, sinônimo de yuán qì. Na verdade, zhēn qì possui pelo menos quatro significados. Para evitar confusão, eu manterei apenas a ideia que me parece a mais respaldada e que diz que o qì verdadeiro e o qì original correspondem a conceitos diferentes. Definiremos no final do capítulo o que representa zhēn qì (真气), segundo os clássicos da medicina chinesa.

Yuán qì (元气) também é chamado de qì do céu anterior (xiān tiān zhī qì先天之气), pois ele provém principalmente do jīng do céu anterior. Mas atenção, isto não significa que ele provém do céu anterior. Como veremos mais adiante, ele é fabricado a partir do jīng dos rins pelo fogo ministro que é o yáng

verdadeiro. De início, é produzido durante a gestação, é a sua particularidade em relação aos outros. Em seguida, continua a ser gerado com o jīng do céu anterior completado pelo jīng do céu posterior. Esta precisão é importante, pois frequentemente se ouve dizer que yuán qì (元气) vem unicamente do céu anterior. Trata-se de um erro comum no Ocidente.

Deve-se notar que o qì original, às vezes, é chamado de qì da vida ou qì vital (shēng qì 生气) ou ainda o qì da origem verdadeira (zhēn yuán zhī qì 真元之气).

b - Definição de yuán qì (元气)

O qì original é um qì primordial que vem da transformação do jīng dos rins pelo fogo ministro[54]. Ele estimula o conjunto das funções orgânicas. É o dinamismo maior que impulsiona as atividades vitais do organismo.

Nota importante: Nenhum dos clássicos utiliza a noção de fogo ministro e não fazem distinção entre este fogo e o qì original. Eles utilizam uma outra dialética na qual a noção de fogo ministro não existe. Yuán qì corresponde, então, ao yáng verdadeiro, ao fogo ministro, ao fogo da porta do destino (mìng mén 命门). Às vezes, alguns clássicos integram esta noção de fogo ministro, mas omitem de fazê-lo quando evocam o qì original. Este "excesso" de simplificação é bastante comum nos textos antigos. Os grandes mestres que desenvolveram a relação fogo monarca/fogo ministro e fogo ministro/yuán qì, às vezes tendem a pegar atalhos e falar só de yuán qì deixando de falar do fogo ministro. Integrar a noção de fogo ministro permite, a um certo nível da prática em medicina chinesa, ir mais longe no refinamento do diagnóstico e da terapêutica. Em alguns métodos, a noção de fogo ministro é até mesmo indispensável, como no caso dos cinco transportes e os seis qì (wǔ yùn liù qì 五运六气).

c - Produção de yuán qì (元气)

O qì original vem da transformação do jīng pelo fogo ministro. "O jīng é a raiz do qì original, o qì nada mais é que a transformação do jīng (精)", (Lèi Jīng – Clássico das classificações). "Os rins são os órgãos da água, o centro da água contém yáng, ela (a água) transforma e produz o qì original[55], que está enraizado no dān tián (丹田)", (Xuè Zhèng Lùn – Tratado das síndromes do sangue). "O jīng é mãe do qì original, o fundamento do ser, [quando] se encontra no corpo, torna-se qì", (Tài Shàng Jiǔ Yào Xīn Yìn Miào Jīng – Clássico notável dos nove principais pontos do selo da verdade no coração do magnífico). "Todas as transformações do jīng original produzem o qì original[56]", (Xìng Mìng Fǎ Jué Míng Zhǐ – Instruções claras sobre os métodos para a natureza inata e a força vital). "O qì verdadeiro[57] se encontra simplesmente no interior do jīng original", (Xìng Mìng Fǎ Jué Míng Zhǐ – Instruções claras sobre os métodos para a natureza inata e a força vital).

---

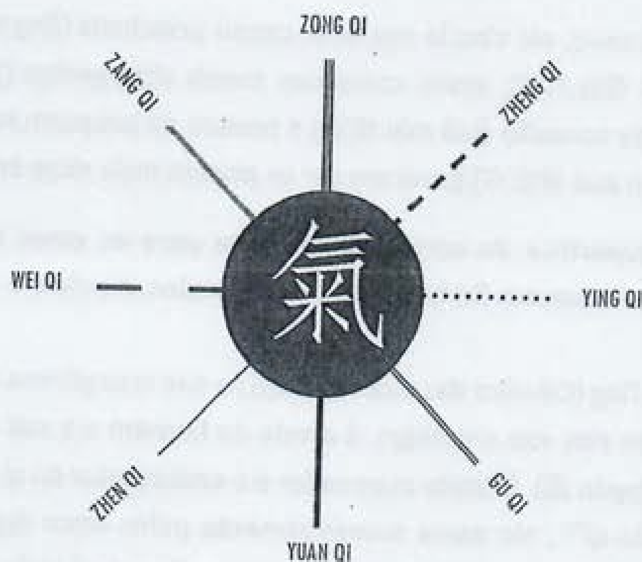
54. O fogo ministro é o yáng original, o yáng verdadeiro associado ao céu anterior. Ver a apresentação do fogo ministro no capítulo sobre os rins.
55. É preciso compreender que o jīng dos rins (a agua) possui em seu seio o potencial de produzir o qì original. Yuán qì provem da transformação do jīng em qì.
56. O jīng original (yuán jīng 元精) não é nada mais do que um sinônimo do jīng do céu anterior.
57. Zhēn qì (真气), o qì verdadeiro é um sinônimo de yuán qì (元气). Ver mais abaixo.

Como o jīng do céu anterior após o nascimento é mantido e completado pelo jīng do céu posterior, podemos dizer que o yuàn qì depende também do jīng do céu posterior após o nascimento. Como este último é essencialmente produzido pelo baço, parece que o qì original procede igualmente do baço. "O baço é a raiz do qì original, [pois] ele digere os alimentos, separa o qì e, através do seu vaso, o descende e o transporta para a porta da vida (mìng mén 命门)", (Xīn Yī Jí – Coletânea sobre o essencial da medicina). O qì original é gerado sem cessar no organismo pelo jīng do céu anterior auxiliado pelo jīng do céu posterior sob a impulsão do fogo ministro. Isto significa que após o nascimento, yuán qì é, portanto, um qì adquirido. O jīng sendo armazenado pelos rins, podemos dizer que o qì original tem sua fonte nos rins ainda que este último seja estocado apenas como forma de potencial através do jīng.

O qì original não deve, no entanto, ser confundido com o qì dos rins. O qì dos rins é um qì especifico cuja missão é assegurar as funções particulares dos rins. Ainda que o qì original seja associado aos rins, ele não se refere à ele unicamente, pois participa do funcionamento de todos os órgãos.

A qualidade e a quantidade do qì original dependem inicialmente da herança parental e da linhagem familiar através do jīng do céu anterior e o fogo ministro. No entanto, em caso de deficiência de yuán qì é possível, graças a uma boa produção de jīng do céu posterior, compensar esta carência até certo limite. O jīng do céu anterior do qual depende o qì original esta associado aos rins, que são os órgãos do céu anterior. O jīng do céu posterior depende do bom funcionamento do baço e do estômago, que são a raiz do céu posterior. E por isso que podemos dizer dentro de certa medida que o baço pode compensar uma deficiência dos rins.

Existe uma forma de interdependência entre o yuán qì (元气) e o qì "adquirido" pelo baço e o estômago. Os dois se mantêm e se influenciam mutuamente. "O qì do céu anterior não se une àquele do céu posterior, então o qì do céu anterior não pode crescer ; o qì do céu posterior não se une àquele do céu anterior, então o qì do céu posterior não pode ser transformado", (Wài Jīng Wēi Yán – Discurso sutil sobre os clássicos externos). O qì original estimula as funções do baço para produzir os qì "adquiridos" (zōng qì, yíng qì, wèi qì, qì dos órgãos...) Por outro lado, os qì adquiridos e sobretudo aquele do baço participam da assimilação do jīng dos alimentos para reforçar o jīng do céu anterior que se transforma em seguida em yuán qì (元气). Além disso, o qì original e o qì do baço dependem do fogo ministro que permite a eles o bom funcionamento.



É necessário ter sempre em mente que o qì original do corpo humano não é o yuán qì (元气) do não manifestado (wú jí 无极) ou do vazio supremo (tài xū 太虚). Se o qì original tem relação com o céu

anterior, é graças a transformação do jīng do céu anterior completada pelo jīng do céu posterior. Yuán qì é produzido durante a gestação, mas sobretudo após o nascimento, ao longo de toda a vida. De certa maneira é ao mesmo tempo um qì "inato" e "adquirido", mas essencialmente adquirido.

O Nán Jīng (Clássico das dificuldades) deixa entender na 36a dificuldade que yuán qì seria gerado pela porta do destino (mìng mén 命门)[58] . De fato, mìng mén, é a morada principal do fogo ministro que transforma o yīn/jīng em qì original. Além disso, a porta do destino corresponde também aos rins/água. Ela armazena o jīng do céu anterior e posterior que é utilizado para gerar yuán qì. Os textos taoístas localizam yuán qì no campo do cinabre inferior[59] (dān tián 丹田) : "O qì original (yuán qì 元气) se acumula no campo de cinabre", (Qiū Zǔ Mì Chuán Dà Dān Zhí Zhǐ – Instruções diretas sobre o grande elixir por transmissão secreta do ancestral Qiu).

d - Circulação de yuán qì (元气)

Ainda que o qì original seja produzido nos rins pela transformação do jīng, ele não para de viajar através de todo o corpo. "O qì original sai do campo de cinabre inferior e se espalha no corpo", (Xīn Yī Jí – Coletânea sobre o essencial da medicina). Não existe uma parcela do organismo que não receba a visita e, portanto, a estimulação do yuán qì. Ele parte da porta do destino (mìng mén 命门) ou dos rins, dependendo das fontes, atravessa os três aquecedores (que é a sua via de circulação principal no interior), se reunindo aos canais na superfície do corpo.

- Nos três aquecedores, ele passa em todos os órgãos que recebem sem cessar sua visita.

- Nos canais, ele circula nos doze canais principais (jīng mài 经脉) e nos oito vasos extraordinários (qì jīng bā mài 奇经八脉), assim como nos canais divergentes (jīng bié 经别) e também nos diferentes tipos de vasos de conexão (luò mài 络脉) e pontos de acupuntura. (Os pontos yuán-fonte e transporte das costas [bèi shù xué 背俞穴] parecem ser os pontos mais ricos em qì original).

- Na superfície do corpo, ele se volta para os vasos de conexão superficiais (chamados de vasos de ligação flutuantes [fú luò 浮络]), os músculos, a pele e o que nós chamamos còu lǐ (腠理[60]).

O Nán Jīng (Clássico das dificuldades) na sua sexagésima sexta dificuldade explica: "O qì que se movimenta entre os rins sob o umbigo, é a vida do homem e a raiz dos doze canais. É por isso que o chamamos: [qì] fonte (yuán 原). O triplo aquecedor é o embaixador do qì fonte, ele governa a comunicação e a mobilização dos três qì[61] , ele passa sucessivamente pelos cinco órgãos e pelas seis vísceras. (...) A doença está nos cinco órgãos e nas seis vísceras, tomar os [pontos] yuán-fonte".

58. Trata-se de um local especial da fisiologia chinesa associado aos rins. Ver este importante conceito de múltiplas facetas no capítulo reservado aos rins.
59. Ver esta importante noção no capítulo sobre os rins.
60. Còu lǐ 腠理 é uma entidade anatômica que se refere tanto à zona entre pele e músculo quanto aos poros da pele pelos quais suor e yáng puro difundem. NE: muitas vezes o termo é traduzido como interstícios.
61. Os três qì são o qì nutritivo, o qì defensivo e o qì confluente.

e - Funções de yuán qì (元气)

Diz-se que o qì original está na origem de todas as transformações, na base de toda a atividade fisiológica. Aqui estão as diferentes funções de yuán qì:

a - O qì original estimula, aquece os órgãos, os canais e todos os tecidos. Não existe um só local que o yuán qì não estimule e não aqueça : embaixo, no alto, à direita, à esquerda, no interior, no exterior. Ele está em tudo e é necessário para tudo. Ele participa das múltiplas transformações que se produzem no organismo. "Os alimentos do estômago entram no intestino delgado, a vaporização e a transformação deles se apoiam totalmente sobre o qì original. O qì original é suficiente, então os alimentos se transformam facilmente, o qì original é vazio, então os alimentos se transformam dificilmente", (Yī Lín Gǎi Cuò – Correção dos erros da floresta médica). Ele permite aos órgãos e aos canais assegurar corretamente suas funções. Ele vivifica a atividade fisiológica em seu conjunto, é a força motriz da vida. "O homem anda, fica em pé, se agita, gira, inteiramente graças ao qì original. O qì original é suficiente, então há força. O qì original é fraco, então não há força. O qì original está esgotado, então é a morte", (Yī Lín Gǎi Cuò – Correção dos erros da floresta médica). Se o qì original é deficiente, o conjunto das funções fisiológicas se enfraquece, gerando desequilíbrios, doença, até mesmo a morte.

b - O qì original estimula o crescimento e o desenvolvimento do corpo. Uma parte do jīng se transforma em yuán qì tomando para si a responsabilidade pelo aspecto yáng do crescimento (função) e da manutenção do corpo. O jīng/yīn por sua vez se responsabiliza pelo aspecto yīn do crescimento (estrutura). Juntos, permitem ao corpo se desenvolver e funcionar harmoniosamente. Uma deficiência de um ou do outro gera um crescimento inadequado na criança ou a esterilidade ou o envelhecimento no adulto. O esgotamento deles assinala a morte. Quanto mais o yuán qì é abundante, mais a vida é longa. "O qì original dos rins é abundante,





Técnica taoísta para reforçar o qì original(yuán qì 元气) Extraído do Dáo Yǐn Tú导引图 (Diagramas de Daoyin) publicado em 1875, dinastia QiQìng.

então a vida será longa, o qì original dos rins é fraco, então a vida termina prematuramente.", (Yī Xué Zhèng Chuán – Transmissão ortodoxa da medicina). Além disso, antes mesmo de falar de crescimento, yuán qì é responsável pelo nascimento. É ele que logo no inicio da vida assume as funções do qì. Isso transparece às vezes nos textos taoístas : "o qì original é o fundamento do nascimento", (Tiān Xiān Zhèng Lǐ Zhí Lùn Zēng Zhù – Tratado direto sobre os princípios corretos dos imortais celestiais com comentários adicionais).

f - Diferença entre qì original, yáng verdadeiro, fogo da porta do destino, mìng mén (命门), yáng dos rins, o yáng qì, o fogo ministro, o fogo monarca

A literatura ocidental falta cruelmente com precisão quanto à definição exata desses termos. Nós vamos definir estes diferentes conceitos e situá-los uns em relação aos outros. Cada um deles é desenvolvido em um momento ou outro nesta obra.

- Qì original (yuán qì 元气) : é o qì primordial que provém da transformação do jīng pelo fogo ministro. Ele aquece os órgãos e os canais, favorece suas funções, assim como as transformações em todo o organismo. Além disso, estimula o crescimento e o desenvolvimento do corpo.

- Yáng verdadeiro (zhēn yáng 真阳) : é o yáng original, o yáng do céu anterior, é o fogo ministro (ver capítulo sobre rins). Constitui a reserva mais fundamental de yáng no organismo. É inato.

- Fogo ministro (xiāng huǒ 相火) : fogo associado ao céu anterior. É o yáng verdadeiro. Suas duas principais funções são permitir a transformação do jīng em qì e estimular o conjunto de funções dos órgãos zàng fǔ, (ver capítulo sobre o rins). Alguns clássicos não apresentam a noção do fogo ministro e a integram naquela do yuán qì (元气).

- Fogo da porta do destino (mìng mén 命门) : é o fogo ministro presente na porta do destino, que produz yuán qì (元气) transformando o jīng dos rins. Deve-se salientar que o fogo ministro reside em outros locais além do mìng mén. A porta do destino é um local específico ao nível dos rins (ver capítulo sobre rins). Então, é importante compreender que o qì original não é o fogo da porta do destino, mas o produto da interação entre o fogo e a água do mìng mén (命门). No entanto, com o espírito de simplificação que frequentemente caracteriza os textos médicos antigos, é comum se dizer que yuán qì é o fogo da porta do destino. Tudo depende se se apresenta ou não a noção de fogo ministro. "[No] corpo humano há o yīn e o yáng, ou seja, a água verdadeira e o fogo verdadeiro, que são armazenados na porta do destino ao nível dos rins. A água verdadeira é o yīn original que desenvolve e completa, também chamado de jīng original. O fogo verdadeiro é o yáng original que gera e transforma, também chamado de qì original", (Yī Xué Zhǐ Nán –Guia de estudos médicos). "A porta do destino é a raiz do qì original, a residência da água e do fogo" (Jǐng Yuè Quán Shū – Obra completa de Jing Yue).

- Yáng dos rins (shèn yáng 肾阳) : aspecto yáng dos rins, próprio dos rins, que lhe permite assumir suas funções específicas. O yáng verdadeiro é um yáng do corpo todo, ainda que seja estocado ao nível dos rins na porta do destino (mìng mén 命门), enquanto que o yáng dos rins tem relação com as funções específicas dos rins (ver capítulo sobre rins), como o yáng do baço o é para o baço.

• Yáng qì (阳气) : conjunto das funções yáng do organismo. É o oposto ao yīn qì (阴气) que constitui a forma e da estrutura do organismo.

• Fogo monarca (jūn huǒ 君火) : fogo fisiológico do coração cujas funções principais são aquecer e ativar o sangue dos vasos e favorecer o funcionamento dinâmico do espírito (神), (ver capítulo sobre o coração).

B - Zōng qì : o qì Toracico



a - Significado do termo zōng qì (宗气)

No termo zōng qì, sabemos que qì (气) significa qì. O caractere zōng (宗) é mais problemático. Na verdade, uma das significações deste caractere é "ancestral, ascendente, mestre, templo dos ancestrais, clã..." É o que leva alguns a traduzir este termo por energia ancestral, ou energia dos ancestrais. Eu penso que se trata de uma escolha inadequada, baseada sobre uma péssima compreensão do conceito de zōng qì (宗气). Pois como nós o definimos mais adiante, zōng qì provém do ambiente. É um qì totalmente "adquirido". Zōng qì é o qì que menos tem relação com a linhagem familiar e o céu anterior, diferentemente do qì original. Além disso, zōng (宗) significa também "fundamental, essencial". Seria aceitável utilizar o termo "qì essencial", porque ele é produzido pelo jīng dos alimentos e o qì do ar. No entanto, segundo os experts chineses, zōng, em seu contexto preciso, significa : "confluir, convergir, se reunir", "reunir, juntar, englobar, ligar". Estamos longe do culto aos ancestrais !

Na língua corrente, em francês, confluente significa o local onde dois cursos de água se juntam. Em anatomia, é o ponto de encontro de dois vasos. Ora, zōng qì nasce exatamente da convergência de dois qì : o qì do céu e o qì da terra. Zōng qì é a reunião de dois qì que se unem em um só. É por isso, que optei pela tradução "qì confluente" que exprime bem a reunião de duas forças em uma só*.

Duas outras expressões em medicina chinesa corroboram essa tradução. Por exemplo, "zōng jīng (宗经)" significa convergência ou confluência dos canais ou ainda canais convergentes ou confluentes. Isto corresponde às regiões onde numerosos canais convergem, como por exemplo a cabeça, o pulmão, os órgãos genitais externos...

"Zōng mài (宗脉)", sinônimo de "zōng jīng (宗经)" significa convergência ou confluência de vasos ou ainda vasos convergentes ou confluentes. Isto corresponde às zonas onde os vasos e os canais se reúnem e se juntam (como por exemplo, os olhos, as orelhas, ..,). O capítulo 28 do Huáng Dì Nèi Jīng Líng Shū diz, por exemplo : "o olho é o local de acúmulo dos vasos convergentes (confluentes)" e "o centro da orelha é o local de acúmulo dos vasos convergentes (confluentes)".

* Nota do Editor: Mantivemos a preferência do autor pelo termo qì confluente, mas destacamos que o termo mais utilizado nacional e internacionalmente é qì toracico e que ambos representam o mesmo qì traduzido de forma diferente.

"Zōng jīn 宗筋" tem relação com os órgãos genitais externos. A meu ver, traduzimos erroneamente esta expressão por "tendão dos ancestrais". É poético e erótico, mas inadequado. Porque ela significa na verdade "confluência de tendões" ou "convergência de tendões" pois os canais tendino-musculares (jīng jīn 经筋) do fígado se reúnem para se difundirem em todo o pênis e testículos, representando assim uma convergência de canais tendino-musculares. Além disso, os canais tendino-musculares do baço e dos rins se juntam igualmente àquele do fígado nos órgãos genitais externos... Trata-se então de uma zona de confluência de canais.

O capítulo 45 do Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn diz: "O yīn anterior (i.e. os órgãos genitais externos) são um local de acúmulo de tendões confluentes". Zhāng Zhì Cōng diz muito claramente no Huáng Dì Nèi Jīng Líng Shū Jí Zhù (Anotações sobre o eixo espiritual do clássico interno do Imperador Amarelo): "O que chamamos de zōng mài (宗脉) (confluência dos vasos) é a confluência dos cem vasos, os cem vasos são governados pelo coração shǒu shào yīn 手少阴 e se reúnem no pulmão shǒu tài yīn 手太阴". Zhāng Jiè Bīn por sua vez vai mais fundo: "Aos órgãos genitais externos se unem os [canais] tendino-musculares do tài yīn 太阴. Do jué yīn 厥阴, do yáng míng 阳明, do shào yīn 少阴 e ali também reúnem-se os vasos chōng mài (冲脉), rèn mài (任脉), dū mài (督脉). É por isso que o chamamos [os órgãos genitais externos] confluência dos tendões", (Lèi Jīng – Clássico das Classificações).

Esta escolha terminológica é igualmente corroborada por um dos maiores clássicos da civilização chinesa, o Shū Jīng (Clássico dos Documentos) que dá a zōng (宗) o sentido de : convergir, agrupar, se reunir... Alguns dicionários chineses de referência, tais como o Cí Yuán 辞源 (Origem dos termos)) estão de acordo com esta ideia. Devemos ainda hesitar em traduzir zōng qì por qì convergente ou qì confluente? As traduções qì essencial, qì fundamental, qì peitoral, qì venerável estão muito longe do significado médico chinês para serem mantidas.

Deve-se notar que alguns clássicos também chamam o qì confluente de "dà qì (大气)", que quer dizer grande qì. "O espaço entre os dois seios é chamado dàn zhōng (膻中). Dàn zhōng, é o local onde se encontra o grande qì (dà qì 大气). O grande qì é também chamado qì confluente (zōng qì 宗气)", (Jìng Ān Shuō Yī – Explicações sobre a medicina de Jing An).

b - Definição de zōng qì (宗气)

O qì confluente (zōng qì) é o qì que nasce da confluência do qì da terra e o qì do céu. Ele se acumula no centro do tórax e se infiltra no sistema respiratório, cardíaco e nos canais para auxiliar a respiração, elocução, o olfato, os batimentos do coração, circulação do qí e do sangue nos canais, a tonicidade e o aquecimento dos membros.

c - Produção de zōng qì (宗气)

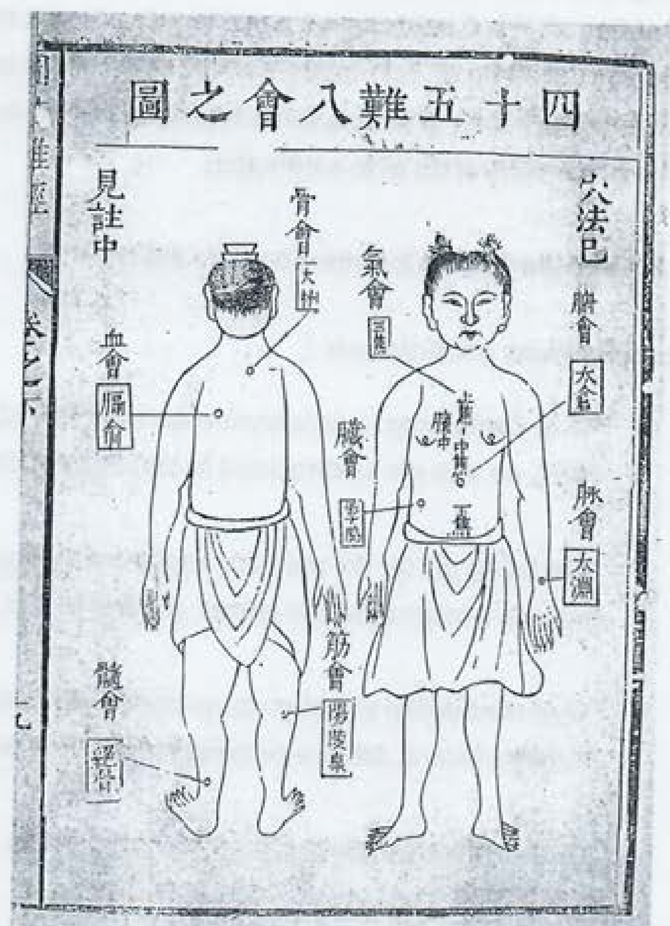
Zōng qì provém da mistura entre o qì da água e dos grãos (chamado igualmente gǔ qì [谷气], qì dos grãos) e o qì do ar. O primeiro é o qì da terra, o segundo é aquele do céu. É o baço que transforma o jīng qì dos alimentos. É o pulmão que absorve o qì puro do ar (qīng qì 清气). O baço faz subir o jīng qì para o coração;

este último o envia nos vasos que o transporta ao pulmão. O Nèi Jīng (Clássico Interno) no capítulo 21 descreve este percurso : "O qì dos alimentos entra no estômago, o qì turvo entra no coração, o jīng que é abundante se encontra nos vasos, o qì dos vasos se espalha nos canais, o qì dos canais retorna ao pulmão, o pulmão reúne os cem vasos", (ver o capítulo sobre o pulmão). No pulmão o jīng qì da terra se mistura ao qì do céu e se transforma em qì confluente. Evidentemente, uma vez que o fogo ministro através do qì original está na origem de todas as transformações e em particular àquelas do baço, podemos dizer que os rins e o aquecedor inferior estão implicados de certa maneira na produção do qì confluente. Assim, os três aquecedores se unem para gerar o qì confluente.

d - Circulação de zōng qì (宗气)

O qì confluente se acumula no tórax, em um centro chamado dàn zhōng (膻中). Segundo os experts chineses contemporâneos, zhōng (中) significa "centro" e dàn (膻) "exposição» ou "centro do peito". Dànzhōng significa então o local central onde o peito é o mais exposto, quer dizer, por dedução, o centro do peito.

Este local constitui o que chamamos o mar superior do qì (shàng qì hăi 上气海), que quer dizer uma reserva de qì na parte superior do corpo, no aquecedor superior. Esta reserva de qì é logicamente uma reserva de qì confluente. Ela está diretamente ligada ao ponto de acupuntura VC17 (dàn zhōng 膻中) que possui uma ação de regularização de zōng qì. É além disso, o ponto huì-reunião (会穴) do qì, ponto que como seu nome indica, tem relação com o local onde o qì se reúne no tórax.



Prancha demonstrando os oito huì-reunião(会穴) e em particular o ponto de reunião do qì, O VC 17 (dàn zhōng 膻中) no centro do peito, entre os dois seios. Extraído do Tú Zhù Bā Shí Yī Nán Jīng (Comentários ilustrados das oitenta e uma dificuldades do clássico das dificuldades).

É o capítulo 56 do Huáng Dì Nèi Jīng Líng Shū que assinala que o qì confluente se acumula no centro do peito para formar o "mar de qì" : "O grande qì (...) se acumula no centro do peito que é chamado de mar de qì". Segundo o Yī Mén Fǎ Lù (Leis da medicina) "o grande qì" ao qual é feita alusão aqui nada mais é que o zōng qì (宗气). Mas o qì confluente não se contenta em se acumular no centro do peito, ele circula em numerosas direções, cujas principais são as seguintes :

Do centro do peito, o pulmão difunde o qì confluente :
- Em direção à garganta e ao nariz (onde uma parte sai através do sopro e a voz).
- Em direção aos vasos do coração (ajuda os batimentos do coração e a circulação do sangue).

Do centro do peito, o pulmão faz descender o qì confluente :
- Em direção ao dān tián (丹田) (ele participa do mecanismo da respiração com a dupla pulmão-rins). Dān tián (丹田) é o "campo de cinabre", quer dizer um local situado sob o umbigo na parte central do abdomen, ao nível dos pontos de acupuntura VC 4 (guān yuán 关元) e VC 6 (qì hǎi 气海). É um local de armazenagem do qì original (yuán qì 元气). O dān tián (丹田) é considerado como o mar inferior do qì (xià qì hǎi 下气海), como dàn zhōng (膻中) é considerado o mar superior do qì (shàng qì hǎi (上气海).

- Em direção ao canal do estômago (zú yáng míng 足阳明). O qì entra pelo E30 (qì chōng 气冲) cujo nome significa «surgimento ou impulso do qì". Outro nome deste ponto é qì jiē (气街) : "cruzamento do qì" que designa também a zona da dobra da virilha, por onde passa a artéria femoral, local onde se localiza o E30 (qì chōng 气冲). O estômago é considerado como o mar da água e dos grãos (shuǐ gǔ zhī hǎi 水谷之海), a origem central do qì. Nós quase poderíamos chamá-lo de "mar central do qì". Neste caso, é interessante constatar que zōng qì circula tanto no mar superior do qì (dàn zhōng 膻中), mar inferior do qì (dān tián 丹田) e o mar central do qì (o estômago).

- Em direção à parte inferior do corpo até o pé.

Justificativas tradicionais :

- "O qì confluente é conservado no mar [do qì], em baixo ele escoa em direção ao E30 (qì chōng 气冲), no alto ele se direciona às vias respiratórias», (Huáng Dì Nèi Jīng Líng Shū – capítulo 75)

- "Ele (zōng qì) sai do pulmão, segue pela garganta, é por isso que durante a expiração ele sai, e durante a inspiração ele entra", (Huáng Dì Nèi Jīng Líng Shū – capítulo 56)

- "O qì confluente se acumula no centro do peito, sai pela garganta, penetra os vasos do coração e mobiliza (isto é, ativa) a respiração", (Huáng Dì Nèi Jīng Líng Shū – capítulo 71)

- "O qì confluente sai por cima no nariz, então sentimos os odores", (Huáng Dì Nèi Jīng Líng Shū – capítulo 4).

- "Ele (zōng qì) é coletado no dān tián (丹田), escoa no zú yáng míng (足阳明) no E 30 (qì chōng 气冲) e desce até o pé", (Lèi Jīng – Clássico das classificações).

- "O qì confluente (...) circula nos doze canais percorrendo-os[62] , os órgãos zàng fǔ e os canais se encontram, é por isso que o chamamos de qì confluente», (Huáng Dì Nèi Jīng Líng Shū Jí Zhù – Anotações sobre o eixo espiritual do clássico interno do Imperador Amarelo).

e - Funções de zōng qì (宗气)

a - Emanando do pulmão e penetrando na garganta e nariz, o qì confluente:
- Permite a respiração
- Dá força ao sopro
- Dá vigor à voz e a elocução[63]
- Permite o olfato

b - Penetrando nos vasos do coração, o qì confluente:
- Auxilia as pulsações do coração, lhe permitindo ter força e regularidade
- Auxilia o coração a impulsionar o sangue nos vasos

c- Penetrando no canal do estômago e então no corpo todo até o pé, o qì confluente :
- Permite aquecer os membros (o qì aquece os membros)
- Dá vigor aos membros (e assim aos seus movimentos)

Muitas obras afirmam que a ativação do sangue nos vasos pelo qì confluente permite aquecer e dar força aos membros. É evidente que o sangue nutre o aspecto yīn dos membros, mas em nenhum caso este aquece ou mesmo dá força aos membros. O aquecimento e a força são duas funções específicas do qì. Segundo a medicina chinesa, o sangue, de natureza yīn, não aquece o corpo, mas o refresca. O qì confluente não dá força e calor aos membros graças à sua capacidade de mobilizar o sangue nos vasos, mas sim porque é um qì. Além disso, sua ação sobre os membros é reforçada pelo fato de que penetra no zú yáng míng (足阳明). Pois o estômago, em associação com o baço, governa os membros. Em caso de síndrome de flacidez (wěi zhèng 痿证), problema que atinge os membros, a estratégia tradicional consiste em utilizar os pontos de acupuntura do yáng míng (阳明) para reforçar os membros. Uma parte do qì do yáng míng provém do qì confluente, qì do movimento como nos indica o Dú Yī Suí Bǐ (Ensaio sobre leituras médicas): "o qì confluente é o qì do movimento. A atividade do qì confluente permite a respiração, a elocução, o som da voz, os movimentos dos membros do corpo, a força ou a fraqueza dos tendões ou dos ossos".

62. Isto significa que zōng qì (宗气) segue a circulação normal do qì dos canais
63. Atenção : isto não quer dizer que zōng qì (宗气) favorece a boa elocução propriamente dita, mas dá clareza e força à pronunciação das palavras.

f - Deficiência e diagnóstico do estado de zōng qì (宗气)

A deficiência do qì confluente provém de um vazio de qì do pulmão (então uma carência em qì puro do céu) e do qì do baço e do estômago (ou seja, uma carência em jīng qì da terra). No entanto esta fraqueza atinge principalmente dois órgãos : o pulmão e o coração. Se o pulmão é atingido, haverá dificuldades respiratórias (respiração curta, dispneia, chiado...), uma voz fraca, uma elocução difícil (por falta de força), a perda do olfato. Se o coração é atingido, haverá problemas do ritmo cardíaco (arritmia, palpitações...) diminuição da circulação do sangue (estase de sangue, cianose...), o pulso radial é fraco. Estes dois órgãos não são os únicos a sofrerem de um vazio de zōng qì. De fato, se o canal do estômago está envolvido, ocorre uma falta de força e aquecimento dos membros.

A tradição médica chinesa só descreve desequilíbrios do tipo vazio para o qì confluente, nenhum do tipo plenitude. Ao nível de diagnóstico, é dito que a intensidade dos batimentos do coração no xū lǐ (虚里) permite julgar o estado do zōng qì. "Xū lǐ" situa-se sob o seio esquerdo onde o coração bate. Segundo a teoria dos canais, xū lǐ é um sinônimo do "grande luò (络)" do estômago. Este canal nasce no estômago, atravessa o diafragma, se conecta ao ponto VC 17 (dàn zhōng 膻中), depois se ramifica em todo o pulmão antes de atravessar o coração para terminar seu curso sob o seio esquerdo onde se sente bater o coração (xū lǐ). "O grande luò (络) do estômago se chama xū lǐ (虚里), ele atravessa o diafragma e se ramifica no pulmão, sai sob o seio esquerdo, seus batimentos ecoam na mão, pode-se palpar o qì confluente", (Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn – capítulo 18). "Seus batimentos ecoam na mão, pode-se sentir o qì confluente" significa que podemos sentir o estado do zōng qì (宗气) auscultando com a mão a parte situada sob o seio esquerdo. A força dos batimentos de xū lǐ sob o seio esquerdo permite diagnosticar o estado do qì confluente.

C- Yíng qì: o qì nutritivo

a - Significado do termo yíng qì 营气



O termo yíng (营) significa campo, batalhão, dirigir, construir. Segundo os experts chineses, neste contexto, há um sentido de yíng yǎng (营养), isto quer dizer: nutrir, nutrição, construção... Por isso optei pela tradução do "qì nutritivo". Qì construtivo ou qì da construção teriam sido perfeitamente convenientes. De fato, segundo Nigel Wiseman e Feng Ye em "Dicionário prático de Medicina Chinesa», (Paradigm Publications), o termo construção para yíng reflete a analogia da administração imperial onde a construção ou a restauração das infraestruturas (graças ao yíng qì) andam de mãos dadas à defesa do território (graças ao wèi qì [卫气], o qì defensivo). Um outro termo, róng qì (荣气) é às vezes utilizado. Róng (荣) evoca a abundância que traz o qì nutritivo.

b - Definição de yíng qì (营气)

O qì nutritivo é um qì proveniente do jīng dos alimentos. Ele circula nos vasos com o sangue. Por um lado, ele nutre o conjunto dos órgãos zàng fǔ, canais, tecidos e por outro lado ele se transforma em sangue.

c - Produção de yíng qì (营气)

O baço e o estômago (com a ajuda do intestino delgado, rins, vesícula biliar e fígado – ver o processo da digestão no capítulo sobre o baço) extraem o jīng qì da água e dos grãos. Ele é transportado para o coração e depois para o pulmão[64]. Uma parte do jīng vai nos vasos e se transforma no que nós chamamos de qì nutritivo. "O nutritivo (yíng 营), é o jīng qì da água e dos grãos (...) ele entra nos vasos[65]", (Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn – capítulo 43). "O homem recebe o qì dos grãos, os grãos entram no estômago (...) O puro é o [qì] nutritivo, o turvo é o [qì] defensivo, o [qì] nutritivo se encontra no interior dos vasos, o [qì] defensivo se encontra fora dos vasos", (Huáng Dì Nèi Jīng Líng Shū – capítulo 18). "O [qì] nutritivo sai do aquecedor central", (Huáng Dì Nèi Jīng Líng Shū – capítulo 18). Deve-se notar que em nenhum texto clássico se diz que yíng qì e wèi qì saem de zōng qì. Não há nenhuma ligação entre qì confluente e qì nutritivo. De qualquer forma, o primeiro não é o precursor do segundo, segundo os Antigos. Eles são produzidos em paralelo.

d - Circulação de yíng qì (营气)

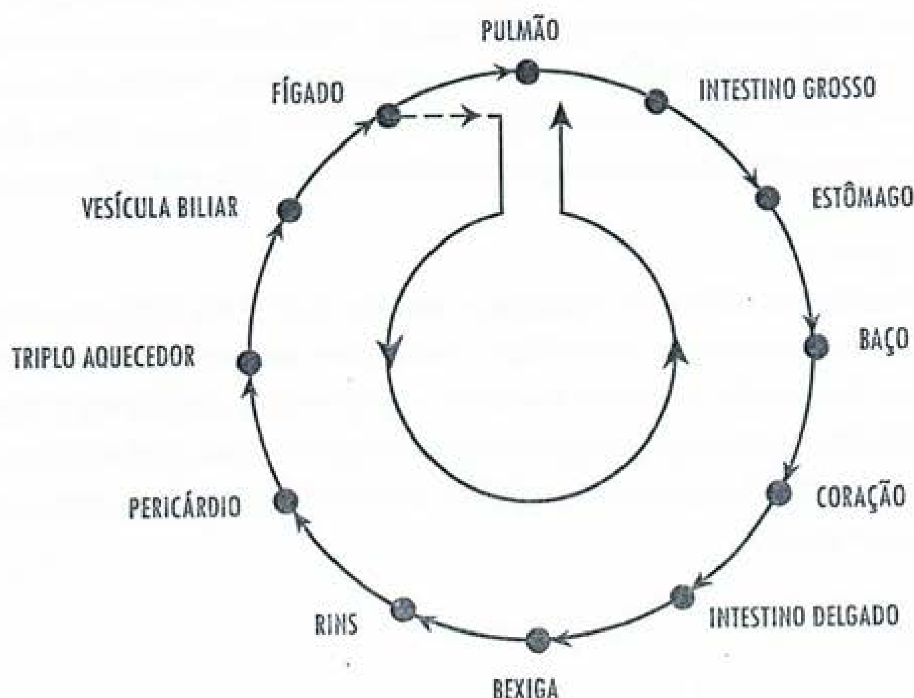
O qì nutritivo circula nos vasos. Estes últimos correspondem aos canais (jīng mài 经脉), aos vasos de ligação (luò mài 络脉), aos vasos sanguíneos (xuè mài 血脉) e aos oito vasos extraordinários (qí jīng bā mài 奇经八脉). No entanto, o capítulo 16 do Líng Shū descreve sobretudo a circulação de yíng qì (营气) nos canais principais (zhèng jīng 正经). Ela é ininterrupta e segue sempre o mesmo trajeto. O qì nutritivo atravessa primeiro os doze canais principais, em seguida o dū mài (督脉) e o rèn mài (任脉)[66] cinquenta vezes a cada 24 horas segundo uma ordem precisa.

Após o surgimento no aquecedor central, ele chega :

ao canal do pulmão shǒu tài yīn (手太阴)
em seguida se dirige para o intestino grosso shǒu yáng míng (手阳明)
em seguida ao estômago zú yáng míng (足阳明),
em seguida, ao baço zù tài yīn (足太阴),
em seguida, ao coração shǒu shào yīn (手少阴)
em seguida, ao intestino delgado shǒu tài yáng (手太阳)
em seguida, à bexiga zù tài yáng (足太阳)
em seguida, aos rins zú shào yīn (足少阴)
em seguida, ao pericárdio shǒu jué yīn (手厥阴)
em seguida, ao triplo aquecedor shǒu shào yáng (手少阳)
em seguida, à vesícula biliar zù shào yáng (足少阳)
e então, ao fígado zù jué yīn (足厥阴)

64. Nós nos apoiamos no capítulo 21 do Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn para afirmar que o jīng sutil (jīng wēi 精微) passa primeiro pelo coração e só depois pelo pulmão
65. Mài (脉) significa também aquilo que circula nos canais (vasos). Então deveríamos traduzir por "ele se junta ao que circula nos vasos".
66. O dū mài (督脉) e o rèn mài (任脉) são dois canais diferentes. Eles não são associados a nenhum órgão específico. São chamados de canais extraordinários (quer dizer não-ordinários).

Chegando ao final do percurso no canal do fígado, o qì nutritivo retorna ao pulmão por duas vias: 1 - Um ramo interno do canal do fígado parte do ponto F13 (zhāng mén 章门), passa pelo órgão fígado para se juntar ao órgão pulmão. 2 - Na extremidade do canal do fígado, no ponto F14 (qī mén 期门), um ramo interno sobe em direção à garganta, nasofaringe, narinas e depois pela fronte e o vértice, onde se conecta com o dū mài (督脉) muito provavelmente no ponto VG20 (bǎi huì 百). A partir daí, ele desce novamente seguindo o trajeto do dū mài (督脉) da nuca até o sacro, passando pela coluna vertebral.



Em seguida, ele se dirige aos órgãos genitais onde o qì nutritivo passa do dū mài (督脉) ao rèn mài (任脉)[67] pois estes dois vasos são conectados ao nível do envelope procriador[68] . Enfim o trajeto sobe ao longo do trajeto do rèn mài (任脉) sobre o abdome, passando pelo umbigo até a fossa subclavicular para penetrar em profundidade ao nível do ponto E12 (quē pén 缺盆) para se reencontrar ao centro do pulmão e terminar seu percurso no canal do shǒu tài yīn 手太阴. A partir daí, um novo ciclo recomeça.

Observações importantes:

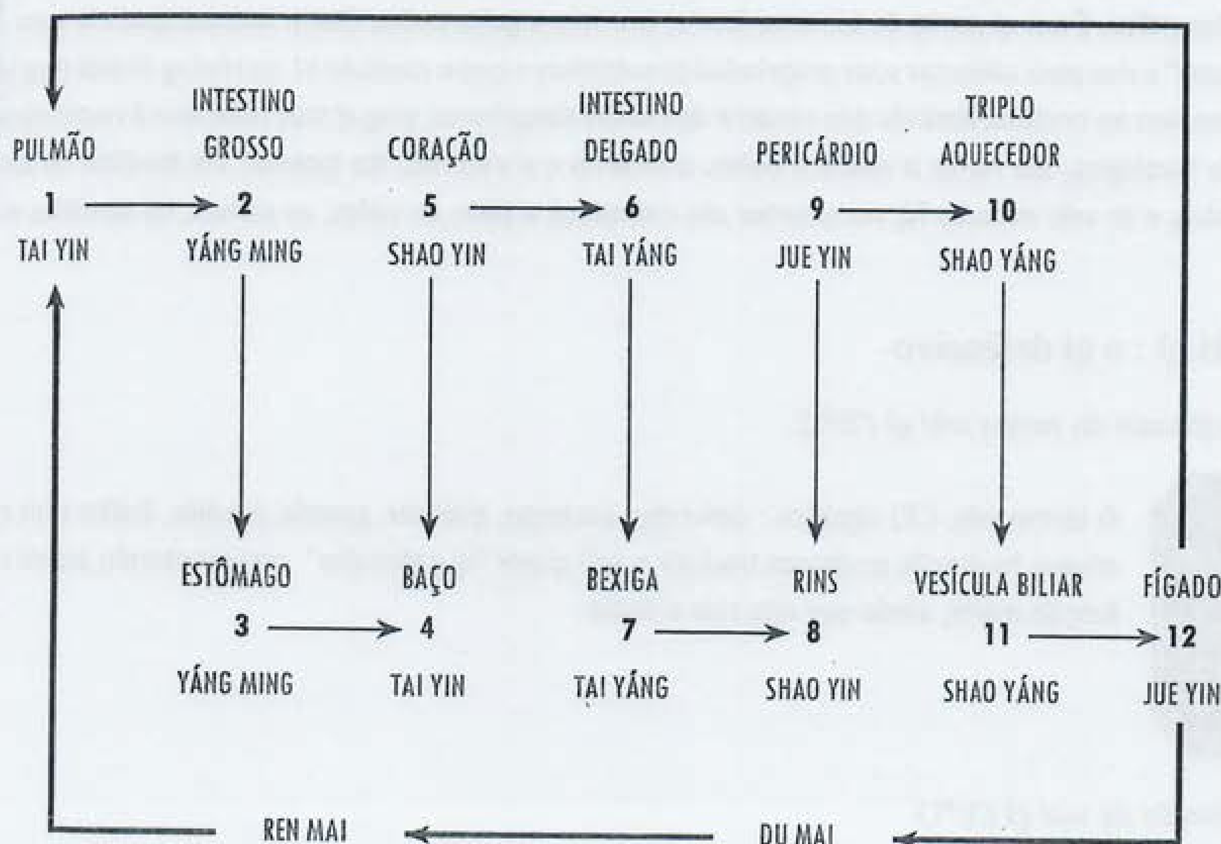
1- Quando dizemos que o qì nutritivo circula nos doze canais principais, é preciso ter em mente que estes canais têm ramos internos que são ligados aos seus próprios órgãos. Desta forma, yíng qì não nutre apenas os vasos ou canais, mas também o organismo todo através dos órgãos zàng fǔ e suas correspondências. Ele impregna o corpo todo.

---

67 O circuito é chamado em qìgōng (气功) "pequena circulação celeste» (xiǎo zhōu tiān 小周天). Nós observaremos que o qì nutritivo sobe pelo vaso yīn e desce pelo yáng : a terra sobe e o céu desce...
68 Tradicionalmente a região onde são conectados chōng mài (冲脉), rèn mài (任脉) e dū mài (督脉) é chamada "bāo zhōng" (胞中). Nós poderiamos traduzir por "centro do envelope procriador". Ela é situada na cavidade pélvica ao nível dos órgãos genitais, onde o jīng é armazenado.

2- O qì nutritivo circula nos vasos com o sangue, esta é a razão pela qual nós chamamos esta dupla inseparável de "yíng xuè (营血)", quer dizer o "nutritivo/sangue». É dito também que o qì nutritivo é o qì no interior do sangue : xuè zhōng zhī qì (血中之气). Em relação ao wèi qì (卫气), o qì defensivo, localizado principalmente na superfície do corpo, yíng qì circula no interior, junto com o sangue. Então ele é considerado como um qì do tipo yīn em relação ao qì defensivo que é um qì do tipo yáng. Esta é a razão pela qual se chama, às vezes "yíng yīn (营阴)" : o "nutritivo/yīn". "O nutritivo yíng (营) é um yīn qì", (Lèi Jīng – Clássico das classificações).

Nós observaremos que a circulação do qì nutritivo alterna do yīn ao yáng e do yáng ao yīn, do alto ao baixo e do baixo ao alto, segundo o seguinte esquema:



e - Funções de yíng qì (营气)

a - O qì nutritivo produz o sangue. Na verdade, quando yíng qì penetra nos vasos, ele não se contenta apenas de circular com o sangue. Segundo o capítulo 71 do Huáng Dì Nèi Jīng Líng Shū, uma parte se transforma em sangue: "o qì nutritivo secreta um líquido que escoa nos vasos[69] e que se transforma em sangue". Podemos nos perguntar qual "líquido" yíng qì secreta. De fato, o capítulo 81 do Huáng Dì Nèi

69 Segundo os sinólogos Paul Unschuld e Elisabeth Rochat De La Vallée, mài (脉) nos clássicos significa "circulação" e não vaso. Isso se refere então mais ao conteúdo do que aquele que o contém na circulação do qì e do sangue. Assim como o termo "meridiano" que é impróprio para jīng (经), eu não tive coragem de modificar esta tradição muito arraigada nas mentes... A revolução terminológica está por fazer!

Jīng Líng Shū descreve o qì nutritivo como um qì que se assemelha ao orvalho. Yíng qì é então um tipo de néctar que, ao se condensar nos vasos se transforma em sangue. Como veremos mais tarde no capítulo do sangue, não é a única via de produção do sangue, mas esta não deve ser esquecida.

b **-** O qì nutritivo nutre o organismo. É preciso se lembrar que yíng qì circulando através dos doze canais principais, assim como no rèn mài (任脉) e dū mài (督脉) tem relação com todos os outros canais, órgãos zàng fǔ e com todos os tecidos do corpo, graças as múltiplas conexões existentes no sistema de canais. O qì nutritivo impregna a totalidade do organismo. Em companhia do sangue, ele nutre até a menor parte do corpo. Ele traz o aspecto "yáng" da nutrição, pois mesmo sendo o qì mais yīn, ele é de qualquer forma um qì pertencendo ao yáng, enquanto que o sangue traz a nutrição yīn. O qì nutritivo provém do jīng da água e dos grãos. É um qì perto de ter uma forma, por isso alguns textos dizem mesmo que ele tem um corpo "sutil" e rico para salientar suas propriedades nutritivas e que o capítulo 81 do Huáng Dì Nèi Jīng Líng Shū o compara ao orvalho. Através dos canais e dos vasos sanguíneos, yíng qì traz tudo que é necessário à atividade fisiológica, ele nutre o alto e o baixo, o interno e o externo. No interior, ele tonifica os cinco órgãos zàng e as seis vísceras fǔ, no exterior ele enriquece a pele, os pelos, as carnes, os tendões e os ossos...

D - Wèi qì : o qì defensivo

a - Significado do termo wèi qì (卫气)



O termo wèi, (卫) significa : defender, proteger, guardar, guarda, escolta. Então sem nenhuma hesitação podemos traduzir o wèi qì por "qì defensivo" representando assim sua função maior, ainda que não seja a única.

b - Definição de wèi qì (卫气)

O qì defensivo circula fora dos vasos e tem por funções principais defender o organismo contra os ataques dos perversos externos, aquecer o corpo, regular a abertura dos poros da pele e de nutrir esta última e, finalmente, regular a vigília e o sono. Sua atividade domina a superfície do corpo "o qì circulante sobre a pele e os pelos é o [qì] defensivo (卫)", (Shāng Hán Shuō Yì – Explicação das ideias [do tratado] das lesões do frio).

c - Produção de wèi qì (卫气)

Assim como o qì nutritivo, o qì defensivo emana do jīng da água e dos grãos extraído pelo baço e o estômago no aquecedor central. A partir daí, este jīng qì é enviado pelo baço até o coração, que o transmite ao pulmão através dos vasos. A parte mais volátil, fluida, móvel, ativa, sob impulso do qì original (yuán qì 元气) se transforma no pulmão em qì defensivo e se difunde para fora dos canais e dos vasos.

A produção de wèi qì implica então no baço e no pulmão, mas também nos rins. Esta é uma das razões pelas quais é dito que o qì defensivo tem suas raízes no aquecedor inferior, sua fonte no aquecedor central, e que sai pelo aquecedor superior. Eu devo repetir que nenhum texto clássico diz que o wèi qì e yíng qì saem de zōng qì. Não há nenhuma ligação entre o qì confluente e o qì defensivo.

O capítulo 43 do Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn descreve o qì defensivo como sendo enérgico, vivo, deslizante, livre e preciso, e por esta razão, não pode estar retido nos vasos. Assim, ele se dirige para o exterior em direção à pele e às carnes, e ao interior em direção aos órgãos zàng fǔ : "o [qì] defensivo, é o qì enérgico[70] da água e dos grãos. [É] um qì vivo, deslizante, livre, ele não pode entrar nos vasos. É por esta razão que ele circula na pele, no espaço entre as carnes, se espalha pela membrana huāng (肓)[71] , se dispersa no peito e no abdômen ".

d - Wèi qì provém do aquecedor central ou do aquecedor inferior ?

Alguns clássicos[72] afirmam que o qì defensivo é antes de tudo uma emanação do qì original cuja fonte está no aquecedor inferior. Yuán qì (元气) se transformaria para gerar o qì defensivo. Uma vez que o jīng qì da água e dos grãos nutre o jīng do céu anterior e que juntos, eles se transformam em yuán qì, isso explica porque o Nèi Jīng (Clássico interno) salienta o fato de que o qì defensivo provém do jīng qì dos alimentos, mas que ele sai do aquecedor inferior. "O [qì] defensivo sai do aquecedor inferior". (Huáng Dì Nèi Jīng Líng Shū – capítulo 18). Esta hipótese se mantém se consideramos que wèi qì é o mais yáng dos qì do organismo (ele defende o exterior, circula fora dos vasos, e especialmente na superfície do corpo...). "Os rins é o zú shào yīn 足少阴 (...) Suas funções (...) governam o qì defensivo», (Yī Yī Bìng Shū – Livro de patologia médica). "O yáng verdadeiro da porta do destino (mìng mén 命门) é a raíz do qì defensivo. O qì defensivo sobre a pele e os pelos nada mais é do que a exteriorização ou o jorrar do yáng verdadeiro", (Shāng Hán Sù Yuán Jí – Coletânea para voltar à fonte [do tratado] das lesões pelo frio). "O [qì] nutritivo sai do coração, pertence ao fogo, pertence ao sangue. O [qì] defensivo sai dos rins, pertence à água, pertence ao qì", (Shāng Hán Lùn Qiǎn Zhù – Comentários elementares sobre o tratado das lesões pelo frio).

Outra corrente demonstra que o qì defensivo provém da transformação da água armazenada na bexiga, pelas funções de vaporização e transformação do qì (qì huà 气化). Este qì sobe ao pulmão que o difunde em seguida para a pele e os pelos. "O qì transformado no centro da bexiga tài yáng 太阳, segue o mar do qì (qì hǎi 气海), circula nos cruzamentos do qì (qì jiē 气街)[73] , percorre as membranas gordurosas no alto do peito e o diafragma, adentra o pulmão, sai pelo nariz e torna-se o qì da expiração que sai. O qì da transformação

70 O termo hàn (悍) significa também "irascível", "violento", "agressivo", "vivo" que assinala a natureza yáng e defensiva do wèi qì (卫气).

71 A membrana huāng (肓) (ou ainda huāng mó 肓膜) chamada também gāo huāng (膏肓) é a membrana "gordurosa" que está logo abaixo do coração e acima do diafragma. Se diz que quando uma doença penetrou esta região, ela é muito difícil de se tratar. No meu humilde ponto de vista, eu acho que se trata aqui de uma imagem que exprime que o qì defensivo se ativa também na profundidade do organismo.

73 São textos que provém principalmente de mestres da dinastia Qìng tais como Táng Zōng Hǎi, Wú Táng, Chén Niàn Zǔ ...

da bexiga, ao mesmo tempo, atravessa o interior das membranas gordurosas, sai pelos músculos e as carnes, se espalha na pele e nos pelos, é o qì da defesa exterior", (Shāng Hán Lùn QiQiǎn Zhù – Comentários elementares sobre o tratado das lesões pelo frio).

O canal da bexiga, o tài yáng (太阳), transporta o qì defensivo proveniente do aquecedor inferior e difunde pelo pulmão. É este canal e não outro que recebe o wèi qì. A razão é que ele está situado na parte mais yáng do corpo, a mais susceptível de ser atacada pelos perversos externos (cabeça, nuca, costas, lombar, membros inferiores). Com a ajuda do pulmão, ele protege a superfície dos ataques externos, "a bexiga corresponde ao tài yáng (太阳), se diz que é o yáng no centro da água, ela espalha para o exterior o qì defensivo", (Xuè Zhèng Lùn – Tratado das síndromes do sangue)

Em vista do que descrevem o Nèi Jīng (Clássico interno) e os médicos da dinastia Qìng, podemos dizer que existem duas fontes para o qì defensivo: o aquecedor central e o aquecedor inferior. Wèi qì tem a sua origem principal no aquecedor central. No entanto, a atividade desde último para extrair o jīng qì da água e dos grãos depende em parte da função de transformação do qì original (yuán qì 元气). O aquecedor inferior está, portanto, implicado na produção do qì defensivo. Além disso, ele é igualmente produzido diretamente por e no aquecedor inferior, ao nível da bexiga com a ajuda da função de transformação do qì (qì huà 气化) que transmuta os líquidos da bexiga em qì defensivo (para maiores detalhes, ver o capítulo sobre a bexiga). Em ambos os cenários, na prática, se trata de reforçar a raiz do céu anterior (rins) e aquela do céu posterior (baço e estômago) para favorecer uma produção abundante de wèi qì.



Origem de zōng qì 宗气, yíng qì 营气 e wèi qì 卫气 segundo os três aquecedores em uma representação retirada do Lèi Jīng Tú Yì (Complemento ilustrado do Clássico classificado)

e - Circulação de wèi qì (卫气)

A circulação do qì defensivo no organismo responde a dois ciclos bem precisos.

O ciclo diurno: o qì defensivo está no yáng, principalmente na superfície do corpo

Durante o dia, o qì defensivo passa 25 vezes pelos seis canais yáng (por fora deles). Os canais estão na superfície do corpo e os canais yáng são os mais externos. Ao despertar, wèi qì sai do canto do olho no ponto B1 (jīng míng 睛明). De lá, ele segue os canais yáng sempre do alto para baixo, de acordo com a seguinte ordem : canais tài yáng 太阳 (bexiga e depois intestino delgado), shào yáng 少阳 (vesícula biliar e depois triplo aquecedor), yáng míng 阳明 (estômago e depois intestino

grosso). Ao final deste ciclo, wèi qì se dirige para as estruturas yīn do corpo. Ele vai sob a planta dos pés onde ele penetra o canal zú shào yīn 足少阴 dos rins pelo R1 (yǒng quán 涌泉). A partir daí, o qì defensivo inicia uma nova fase de sua circulação: o ciclo noturno.

O ciclo noturno : o qì defensivo está no yīn, principalmente no interior do corpo

Quando o qì defensivo está ao nível do R1 (yǒng quán 涌泉), ele se dirige para o R2 (rán gǔ 然谷) para adentrar no yīn qiāo mài (阴跷脉) em direção ao órgão rins. Quando o yīn qiāo mài está pleno, quando o yīn qì é abundante neste vaso, então os olhos se fecham. Quando o qì está no órgãos rins, o ciclo noturno do qì defensivo começa. Durante a noite, o wèi qì passa 25 vezes nos cinco órgãos zàng. Ele circula nos cinco órgãos zàng segundo a ordem do princípio de controle dos cinco movimentos: rins => coração => pulmão => fígado=> baço => rins. Ele executa 25 vezes este percurso. Quando a noite termina, no final do 25º ciclo, wèi qì volta aos rins e, ao invés de retornar ao órgão coração, ele se dirige ao canal zú shào yīn (足少阴) dos rins. Daí, ele se conecta ao canal da bexiga zù tài yáng (足太阳). Do ponto B62 (shēn mài 申脉), ele se conecta ao yáng qiāo mài (阳跷脉) e sobe por este canal em direção ao alto do corpo, até o canto interno do olho, ao nível de B1 (jīng míng 睛明). Quando o yáng qiāo mài está pleno, quando o yáng qì é abundante neste vaso, então os olhos se abrem. A partir deste momento, a pessoa acorda e o qì defensivo recomeça um ciclo diurno no yáng, iniciando pelo canal da bexiga.

f - Funções wèi qì (卫气)

"O qì defensivo aquece as carnes, preenche a pele, lubrifica os còu lǐ (腠理), se encarrega da abertura e fechamento", (Huáng Dì Nèi Jīng Líng Shū – capítulo 47).

"[Quando] o qì defensivo está harmonioso, então as carnes são macias e livres, a pele úmida e macia, e os còu lǐ (腠理) estão compactos», (Huáng Dì Nèi Jīng Líng Shū – capítulo 47).

1 - Defesa da superfície.

O qì defensivo tira seu nome de sua função principal que é proteger a superfície biǎo (表) dos ataques de perversos externos. O vento, o frio, a umidade, a secura, o calor, a canícula, são os seis qì perversos externos que podem atacar o corpo. Wèi qì evita que eles agridam a superfície ou, no caso de conseguirem se instalar, os expulsam para o exterior. Em outras palavras, ele previne ou luta contra a invasão. Em relação ao qì nutritivo, o qì defensivo corresponde, graças à sua natureza, sua localização e suas funções, ao yáng. É por isso que ele também é chamado de wèi yáng: o yáng defensivo. Aqui, o wèi qì está em relação com sua função de proteção (fáng yù 防御) do qì. Em caso de desequilíbrio desta função, a superfície mal defendida é facilmente atacada pelos perversos externos. Além disso, a recuperação será mais demorada. Muitos ocidentais vêm no wèi qì (卫气) o equivalente ao sistema imunológico. Eu acho que esta ideia não é fundamentada. Além do fato de ser muito perigoso misturar dois sistemas de pensamento muito diferentes, eu acho que o qì defensivo só constitui eventualmente uma parte do sistema imunológico, porque ele defende o corpo apenas dos agentes patogênicos externos, e ele possui numerosas outras funções que não têm estritamente nada haver com a imunidade.

2 - Aquecer o corpo.

Graças à sua natureza yáng e dinâmica, o qì defensivo aquece todas as partes do corpo por onde passa, particularmente a superfície do corpo : a pele, as carnes, os músculos e o interior do corpo : os órgãos zàng fǔ. Mesmo não sendo o único a aquecer o corpo, é principalmente ele que mantém a boa temperatura do corpo e aquece os órgãos para que funcionem corretamente. Aqui wèi qì tem relação com a função do qì relacionada ao aquecimento (wēn xù 温煦). Em caso de deficiência do qì defensivo, a pessoa terá tendência a ser friorenta, a ter uma pele mais fria que o normal, pois por natureza ele pertence ao yáng que é quente : "O qì defensivo é um qì quente. Se o qì defensivo tem sua ação nos músculos e as carnes, então eles estão quentes, na água e nos grãos, então estes são transformados, [se está] pleno gera uma doença de calor (Dú Yī Suí Bǐ – Ensaio sobre leituras médicas).

3 - Regularizar a abertura e o fechamento dos poros da pele.

O qì defensivo ao controlar os "interstícios das carnes" (ròu còu 肉腠), ou seja, os poros da pele permite: 1 – reter ou deixar escapar o suor afim de regular a temperatura do corpo, 2 – impedir que os perversos externos penetrem no interior, 3 – provocar uma transpiração intensa para expulsar os perversos externos que atacaram a superfície. Aqui o wèi qì se relaciona à função de consolidação e contenção (gù shè 固摄) mas também de proteção (fáng yù 防御) do qì. Ròu còu (肉腠) ou jīn còu (筋腠) ou ainda còu lǐ (腠理) são entidades anatômicas que designam tanto a região entre a pele e o músculo quanto o local onde o suor e o yáng puro se difundem. Eles integram os poros da pele. Em caso, de desregulamento desta função, pode ocorrer transpiração espontânea, temperatura cutânea mais baixa que a média, ou até uma tendência a ser atacado pelos perversos externos.

4 - Nutrir a pele e as carnes.

O qì defensivo tem também a função de nutrir a superfície do corpo e em particular as carnes e a pele. Com os líquidos fluidos[74] (jīn 津) que trazem uma nutrição yīn e o qì defensivo[75] que traz uma nutrição yáng, a pele mantém sua flexibilidade, seu lustro e sua leveza e os músculos sua elasticidade e seu vigor. Aqui o wèi qì tem relação com a função de nutrição (yíng yǎng 营养) do qì. Em caso de desregulamento desta função, a pele fica opaca, murcha e as carnes perdem sua força e sua elasticidade[76] .

5 - Regularizar a vigília e o sono.

A circulação do qì defensivo está diretamente ligada ao estado de vigília e sono. Seu movimento no yáng durante o dia favorece a vigília e no yīn durante a noite induz o sono. "O qì defensivo circula durante o dia no yáng então é a vigília, [o qì defensivo circula] a noite durante o yīn então é o sono", (Zhōng Xī Huì Tōng Yī Jīng Jīng Yì – Essência do clássico da medicina chinesa combinada com a medicina ocidental). Pela manhã usando o yáng qiāo mài (阳跷脉) e saindo pelo B1 (jīng míng 睛明), ele acorda o indivíduo. À noite, utilizando o canal dos rins, entrando no yīn e preenchendo o yīn qiāo mài (阴跷脉), favorece o

74. Ver capítulo sobre os líquidos jīn yè (津液).
75. Logicamente, yíng qì (营气), o qì nutritivo, tem um papel junto com o sangue na nutrição da pele e dos músculos.
76. Eu tenho uma hipótese de que o wèi qì serve também para curar as feridas, queimaduras e cortes na superfície do corpo. De fato, não é raro se ver pacientes com fraqueza do qì defensivo sofrerem de problemas de cicatrização

sono. Se sua circulação está desregulada, é possível que problemas de vigília e do sono ocorram. À noite, ficando na parte yáng, ele impede o adormecer e provoca a insônia, ao sair muito rapidamente da parte yīn em direção ao yáng, ele favorece o despertar precoce, ficando muito tempo no yīn ou tendo dificuldade de sair do yīn ele induz a sonolência ou dificuldades para despertar, ao entrar muito rapidamente no yīn, pode induzir a sonolência e a vontade de dormir durante o dia...

Esta ideias são baseadas em diferentes passagens do Huáng Dì Nèi Jīng Líng Shū :
"O qì defensivo não pode adentrar no yīn, ele permanece no yáng, ele permanece no yáng então yáng qì está saturado, o yáng qì está saturado então o yáng qiāo mài (阳跷脉) está em excesso, ele não pode adentrar o yīn então o yīn está vazio, é por isso que os olhos não se fecham (ou seja a pessoa não consegue dormir) (...) o qì defensivo permanece no yīn, ele não pode circular no yáng, ele permanece no yīn então o yīn qì está em excesso e o yīn qiāo mài (阴跷脉) está saturado, ele não pode entrar no yáng então o yáng está vazio, é por isso que os olhos se fecham (isto é a pessoa dorme)", (Huáng Dì Nèi Jīng Líng Shū – capítulo 80).

"Normalmente o qì defensivo circula no yáng durante o dia, circula no yīn à noite, é por isso que quando o yáng qì chega ao seu termo, vamos pra cama, quando o yīn qì chega ao seu termo, nós despertamos", (Huáng Dì Nèi Jīng Líng Shū – capítulo 80).

"O qì defensivo circula no yáng durante o dia. Circula no yīn durante a noite. O yīn governa a noite, a noite governa o sono. (...) O yáng qì chega ao seu termo, o yīn qì está abundante, então os olhos se fecham (isto é, a pessoa dorme). O yīn qì chega ao seu termo, o yáng qì está abundante, então a pessoa desperta", (Huáng Dì Nèi Jīng Líng Shū – capítulo 28).

O yīn qiāo mài (阴跷脉) é um vaso extraordinário. É ligado ao canal dos rins e tem por função fundamental promover o repouso, a tranquilidade. Quando o qì defensivo se dirige ao R1 (yǒng quán 涌泉) e em seguida ao R2 (rán gǔ 然谷), ele penetra o yīn qiāo mài. Ao preenchê-lo, o wèi qì ativa sua função que é a da calma e do sono, os olhos se fecham e vem o adormecimento. Ao despertar, o qì defensivo sai do yīn e entra no yáng qiāo mài (阳跷脉), um outro vaso extraordinário. É ligado à canal da bexiga e tem como função promover a atividade, o movimento. Ao preenchê-lo, wèi qì ativa sua função que é a do dinamismo e da vigília, os olhos se abrem e é o despertar.

E - Qì defensivo e nutritivo : dois qì complementares.

O qì nutritivo e o qì defensivo vem do jīng dos alimentos extraídos pelo baço e pelo estômago. No entanto, o yíng qì (营气) é a parte mais "rica", a mais "suave" designando assim a natureza yīn qì, enquanto o wèi qì (卫气) é a parte mais volátil, a mais leve designando sua natureza yáng qì. A "densidade" do qì nutritivo lhe permite se manter nos vasos, a volatilidade do qì defensivo o impede de ficar nos vasos.

"O claro é [qì] nutritivo, o turvo[77] é o [qì] defensivo, o [qì] nutritivo está dentro dos vasos, o [qì] defensivo está no exterior dos vasos", (Huáng Dì Nèi Jīng Líng Shū – capítulo 18).

Outro texto da dinastia Ming datando de 1510 define esta ideia : "O indivíduo recebe o qì dos grãos. Os grãos entram no estômago, o jīng qì flutuando é transportado para o alto pelo baço (...) A parte pura gera o aspecto yīn, o qì nutritivo. Da parte turva vem a produção do aspecto yáng, é o qì defensivo. O qì nutritivo pertence ao yīn e governa o interno (...). O qì defensivo pertence ao yáng e governa o externo", (Tú Zhù Bā Shí Yī Nán Jīng – Comentários ilustrados das oitenta e uma dificuldades).

Antes de continuar nossa demonstração, vamos explicar um ponto complicado deste último texto. Yíng qì é um qì. O qì normalmente pertence ao yáng. No entanto, nesta citação, se diz que o qì nutritivo pertence ao yīn. É uma contradição? Não, pois as classificações "yīn yáng" são sempre relativas. No quadro de comparação entre o yíng qì e wèi qì, o qì nutritivo que é mais interno e nutritivo é considerado como yīn, ou seja um yīn qì, enquanto que o qì defensivo que é mais externo e defensivo é considerado como yáng, ou seja um yáng qì. De forma geral, estes dois qì permanecem de natureza yáng, mas na comparação entre eles um é mais yīn, e o outro é mais yáng.

No Lèi Jīng (Clássico das classificações), Zhāng Jiè Bīn confirma estas ideias: "O qì dos grãos saem do estômago e neste qì há uma parte pura e uma turva. O puro é o jīng qì da água e dos grãos, o turvo é o qì enérgico (...) O puro pertence ao yīn, sua natureza de quintessência, é por isso que ele se transforma em sangue nos vasos e circula na trama dos canais, é o qì nutritivo. O turvo[78] pertence ao yáng, sua natureza é violenta, deslizante, livre, é por isso que ele não segue pelos canais e conexões e que ele atinge os músculos e a superfície, preenche o espaço entre a pele, os pelos e as carnes, é o qì defensivo".

Qì nutritivo e defensivo se completam em numerosas situações: nutrição, defesa, administram a transpiração... Zhāng Jiè Bīn no capítulo sobre a transpiração do Jǐng Yuè Quán Shū (Obra completa de Jing Yue) mostra a complementaridade destes dois qì. Ele define claramente a transpiração como sendo do yīn, expulsa pelo yáng. É o yíng qì no yīn que oferece os líquidos e wèi qì no yáng que os deixa sair. Se o qì defensivo assegura a defesa da superfície do corpo, o qì nutritivo assegura o equilíbrio interno pela sua nutrição. Se wèi qì e yíng qì circulam no corpo todo, o defensivo tende a circular mais na superfície e o nutritivo no interior, assim os dois se completam para nutrir o organismo em todas as partes do corpo.

A ligação e a complementaridade do wèi qì e yíng qì aparecem brilhantemente no texto de Huáng Yuán Yù: "O [qì] defensivo circula no exterior dos vasos e no interior (do corpo) se une ao [qì] nutritivo, o [qì] nutritivo circula no interior dos vasos e no exterior (do corpo), ele se une ao [qì] defensivo. O nutritivo e

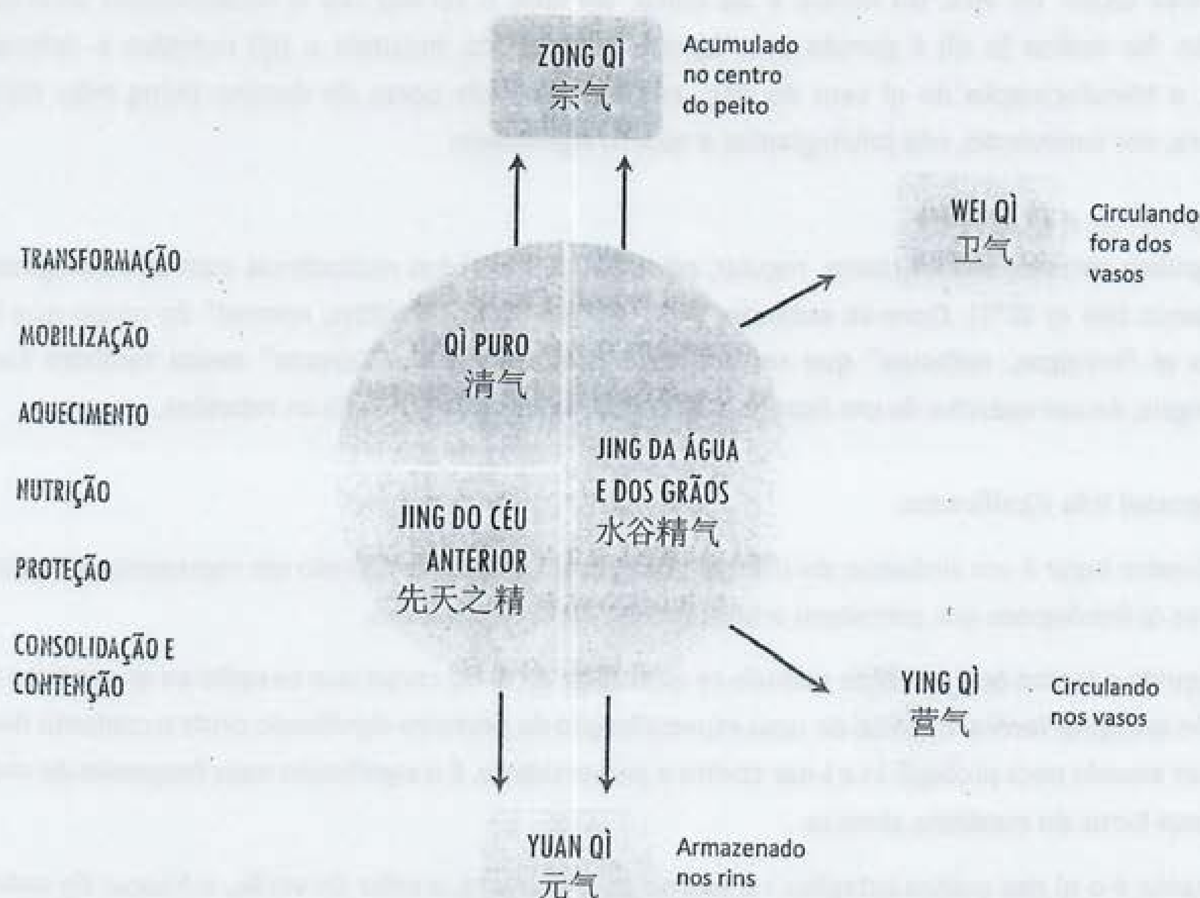
77 Aqui as noções de puro e turvo fazem referência ao fato de que a parte mais nutritiva, a mais densa que pertence ao puro constitui yíng qì (营气), enquanto a parte menos nutritiva, a menos pura que está relacionada ao turvo constitui o wèi qì (卫气).
78 Novamente, o turvo do qual estamos falando é a parte menos nutritiva e menos pura do jīng qì dos alimentos que correspondem ao wèi qì (卫气). Esta parte é turva em relação ao yíng qì (营气) mais rico, mais nutritivo. Por outro lado, em relação aos dejetos oriundos da transformação dos alimentos, o qì defensivo corresponde ao puro da mesma forma que o qì nutritivo.

o defensivo se regulam e se harmonizam, é o que chamamos de equilíbrio para o ser humano", (Sù Wèn Xuán Jiě – Explicação das principais preguntas pendentes das questões simples".

Este dois qì possuem sua contrapartida yīn com a qual eles nutrem um laço estreito, no interior dos vasos para o qì nutritivo e o exterior dos vasos para o qì defensivo : "O [qì] nutritivo circula no interior dos vasos, associado ao sangue. O [qì] defensivo circula no exterior dos vasos, associado aos líquidos jīn (津)[79] ", (Yán Jīng Yán – Discurso a partir do estudo aprofundado dos clássicos). Assim, o qì nutritivo e defensivo nutrem o corpo no interior e no exterior com seu complemento yīn : o sangue e os líquidos jīn (津).

Contrariamente a uma ideia generalizada, o qì nutritivo e defensivo não vem do qì confluente (zōng qì 宗气). Eles são uma emanação direta do jīng qì dos alimentos antes que ele se misture ao qì puro inspirado pelo pulmão para se transformar em zōng qì. No entanto, é verdade que o yíng qì e wèi qì tem uma relação particular com o qì confluente. Nós sabemos que zōng qì dá impulsão ao ritmo respiratório, cardíaco e à circulação nos canais. Assim, em vários livros médicos da dinastia Qing, é dito que o qì nutritivo segue o qì confluente nos canais enquanto o qì defensivo não segue o zōng qì pois ele está fora dos canais.

RESUMO DA ORIGEM E DA LOCALIZAÇÃO DOS QUATRO PRINCIPAIS QÌ :



79 Ver o conceito dos líquidos jīn, no capítulo sobre os líquidos jīn yè (津液).

F - Os outros qì

O qì original, o qì confluente, o qì nutritivo e o qì defensivo são considerados como os quatro qì principais. No entanto, existem outros qì participando da fisiologia do ser humano. Vamos ver os mais conhecidos.

Zhēn qì (真气): o qì verdadeiro

O termo qì verdadeiro abrange vários significados. Eles evoluem em função da época, do contexto, do autor.

1- Sinônimo de yuán qì (元气), o qì original.

2- Qì circulante nos canais (segundo o capítulo 27 du Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn).

3- Associação do qì original e do qì dos alimentos, (segundo o capítulo 75 du Huáng Dì Nèi Jīng Líng Shū). Se combinarmos esta informação à anterior, isto indica que yuán qì (元气) e yíng qì (营气) circulam no conjunto dos canais.

4 - Associação do qì do ar, qì dos alimentos e qì original (yuán qì 元气), sendo assim o símbolo do conjunto dos qì fisiológicos [segundo o Lèi jīng (clássico das classificações) por exemplo : "O qì verdadeiro vem de três locais: do alto, do centro e de baixo. No alto, o [qì do] céu é recepcionado através da respiração. No centro [o qì] é gerado pela água e pelos grãos, nutrindo o [qì] nutritivo e defensivo. Embaixo, a transformação do qì vem do jīng, armazenado pela porta do destino (mìng mén 命门)"]. Nesta obra, por convenção, nós privilegiamos o quarto significado.

Zhèng qì (正气): o qì correto

Zhèng significa correto, direito, justo, regular, principal. É um qì em ressonância com seu antagonista, o qì perverso (xié qì 邪气). Deve-se entender por "correto" o qì "legítimo, normal" do corpo que luta contra os qì "inimigos, nefastos" que representam o xié qì (邪气). "Correto" evoca também forças oficiais, legais, de um exército de um Estado, o exército regular que enfrenta os rebeldes.

Zhèng qì possui três significados.

1 - Em primeiro lugar é um sinônimo de zhēn qì (真气), o qì verdadeiro quando ele representa o conjunto de todos os qì fisiológicos que permitem o bom funcionamento do corpo.

2 - Em seguida o termo que se utiliza quando se quer falar do qì do corpo que se opõe ao qì perverso (xié qì 邪气). De qualquer forma, trata-se de uma especialização do primeiro significado onde o conjunto dos qì do corpo se associa para protegê-lo e lutar contra a perversidade. É o significado mais frequente de zhèng qì (正气), nos livros de medicina chinesa. .

3 - Finalmente é o qì das quatro estações : o morno da primavera, o calor do verão, o frescor do outono e o frio do inverno.

Nesta obra nós privilegiamos o segundo significado. Não se deve confundir o qì defensivo e o qì correto.



Técnica taoista para reforçar o qì correto
(zhèng qì 正气)
Extraída do Dáo Yǐn Tú导引图
(Diagramas Daoyin)
publicado em 1875, dinastia Qing.

Wèi qì (卫气) faz parte do zhèng qì. Este último corresponde ao conjunto dos qì fisiológicos que permitem a defesa do corpo contra os perversos tanto externos quanto internos (O que o qì defensivo não faz).

Qīng qì (清气): o qì puro e zhuó qì (浊气) : o qì turvo

Qīng qì (清气) possui dois sentidos:

1- Qì do ar que o pulmão capta, é o qì do céu,

2- Parte mais sutil, clara, leve e assimilável do jīng dos alimentos que o baço envia para o alto para o aquecedor superior.

No primeiro caso, ele se opõe ao zhuó qì (浊气), o qì turvo que representa o ar viciado expulso pelo pulmão. No segundo caso, se opõe também a outro zhuó qì (浊气), que aqui designa os dejetos, a parte não assimilável dos alimentos eliminados pela bexiga e pelo intestino grosso. É isto que deve-se guardar. No entanto, nós veremos que para complicar tudo, às vezes zhuó qì (浊气) se refere à parte mais densa, mais rica, mais nutritiva do jīng sutil (jīng wēi 精微) dos alimentos que gera o qì nutritivo (yíng qì 营气) ou ainda a parte do jīng wēi (精微) que gera o qì defensivo (wèi qì 卫气). Todos estes significados por vezes contraditórios se encontram no Nèi Jīng (Clássico interno). Só o contexto permite saber de qual se está falando.

Gŭ qì (谷气): o qì dos grãos
Trata-se de um sinônimo para shuĭ gŭ zhī qì (水谷之气): o qì da água e dos grãos ou ainda de shuĭ gŭ jīng qì (水谷精气): o jīng qì da água e dos grãos, ou seja, a parte assimilável e nutritiva dos alimentos.

Jīng qì (精气)
Este termo possui vários significados. No entanto, nas obras de medicina chinesa contemporânea, ele é, sobretudo, empregado em duas ocasiões. A primeira para falar do jīng da água e dos grãos, a parte assimilável dos alimentos, que serve, em seguida, à produção de qì e sangue. O fato de anexar o termo qì à jīng reforça a ideia que o jīng é uma reserva de qì, que é um tipo de qì particular. A segunda é para falar do jīng do céu anterior e posterior acumulados no rim. Neste caso, ele tem relação de um lado com as características específicas do indivíduo e de outro com seu potencial de procriação. (Para maiores detalhes, ver a sessão sobre o jīng no capítulo dos três tesouros).

Yáng qì (阳气) e yīn qì (阴气)
Yīn qì e yáng qì representam as duas facetas yīn e yáng do qì. Se ficarmos no plano do corpo humano, yáng qì corresponde a tudo que está na natureza yáng do organismo e em particular às funções fisiológicas e yīn qì tudo que está na natureza yīn do organismo e em particular às estruturas e à forma do corpo. (Para maiores detalhes, ver o capítulo sobre o yīn yáng).

Zāng fŭ zhī qì (脏腑之气): o qì dos órgãos zàng fŭ
O qì dos órgãos representa o aspecto funcional dos zàng fŭ. Ele lhes permite assumir suas funções : "O qì do pulmão comunica com o nariz, o pulmão está em harmonia então o nariz pode reconhecer os odores e os aromas. O qì do coração se comunica com a língua. O coração está em harmonia então a língua pode reconhecer os cinco sabores. O qì do fígado se comunica com os olhos, o fígado está em harmonia então os olhos podem diferenciar as cinco cores. O qì do baço se comunica com a boca, o baço está em harmonia então a boca pode conhecer os cinco grãos. O qì dos rins se comunica com as orelhas, os rins estão em harmonia então o ouvido pode ouvir os cinco sons", (Huáng Dì Nèi Jīng Líng Shū – capítulo 17).

Jīng luò zhī qì (经络之气) : o qì dos canais e colaterais (ligações)
O qì dos canais correspondem à vários conceitos.

1 -É o qì verdadeiro (zhēn qì 真气) que está na combinação do qì dos alimentos e do qì original circulante no sistema de canais ou então é simplesmente o qì nutritivo (yíng qì 营气) que vem do jīng qì dos alimentos que circulam nos canais.

2 - É o qì circulante nos canais e colaterais (ligações) e que lhes permite assumir suas funções de transmissão e de transporte.

3 - É o qì circulante nos canais e nos colaterais (ligações) e que permitem às diferentes partes do organismo corresponder entre si, fazendo do corpo uma globalidade.

Sì qì (四气) : os quatro qì

Os alimentos e as substâncias medicinais são constituídos de sabores, de jīng mas também de um qì especial. Aqui qì é sinônimo de natureza (xìng 性). Existem quatro naturezas fundamentais : o frio, o fresco, o morno e o quente. Quando os alimentos e as substâncias medicinais são absorvidas, cada uma destas quatro naturezas geram fenômenos térmicos e de movimentos do qì específico no organismo.

Liù qì (六气) : os seis qì

Os seis qì correspondem tanto aos seis fenômenos naturais do ambiente : o vento, o frio, o calor, a canícula, a umidade e a secura, que quando atacam o corpo são chamados os seis excessos (liù yín 六淫) e provocam as doenças segundo o capítulo 66 do Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn, quanto ao grupo de substâncias orgânicas : qì, líquidos jīn (津), liquídos yè (液), jīng, sangue e vasos que são gerados pelo jīng dos alimentos segundo o capítulo 30 do Huáng Dì Nèi Jīng Líng Shū.

Xié qì (邪气) : o qì perverso

Em sentido amplo, o qì perverso é uma entidade patogênica exógena ou endógena que mina a saúde criando desequilíbrios. Este termo é oposto àquele do qì correto (zhèng qì 正气) que corresponde à força que combate a perversidade patógena. Num sentido restrito, o qì perverso corresponde aos seis excessos de origem ambiental : o vento, o frio, o calor, a canícula, a umidade e a secura.

Glossário de termos médicos chineses

Terminologia referente à teoria do Qi. Trata-se de um "mínimo cultural" que todo estudante de medicina chinesa deve conhecer mesmo que não tenha a ambição de estudar o chinês médico, pois estas expressões fazem parte da base teórica da medicina chinesa.

TEORIA DO QI

PINYIN	PORTUGUÊS	CHINÊS MODERNO
bìng qì	Qi patológico	病气
bǔ qì	Tonificar o qì	补气
bú zhèng zhī qì	Qi não correto (oposto ao Qì correto)	不正之气
chén	Afundar, imergir, (em oposição à fú 浮). Escuro, profundo.	沉
chū	Sair. Saída.	出
còu lǐ	Cou Li (poros e interstícios da pele)	腠理
còu lǐ bú gù	Cou Li não estão firmes	腠理不固
dà bǔ rén tǐ yuán qì	Grande tonificação do Qi original do corpo humano	大补人体元气
dà bǔ yuán qì	Grande tonificação do Qì original	大补元气
dà qì	Grande Qi. (Sinônimo de zōng qì-宗气)	大气
dàn zhōng	Meio do tórax. Ponto Dan Zhong.	膻中
dǎo qì	Conduzir o Qì	导气
dǎo qì fǎ	Método de condução do qì	导气法
dé qì	Obter o Qì	得气
dū mài	Du Mai	督脉
dú qì	Qi tóxico	毒气
duō qì shǎo xuè	Muito Qi, pouco sangue.	多气少血
duō xuè shǎo qì	Muito sangue, pouco Qi.	多血少气
duó qì	Esgotamento do qì	夺气
è qì	Qi insalubre	恶气
èr shí sì jiè qì	(os 24) Termos solares (Qi)	二十四节气
fāng xiāng xíng qì	Mobilizar o Qì com (substâncias) aromáticas	芳香行气
fáng yù	Proteção (função do Qi)	防御
fēng qì	Qi do vento	风气
fú	Emergir, emergente (movimento). Flutuante.	浮
fú zhù zhèng qì	Auxiliar e ajudar o Qì correto	扶助正气
gǔ	Grãos. Cereais.	谷
gǔ qì	Qi dos grãos	谷气
gù shè	Consolidação e contenção (função do Qi)	固摄
hòu tiàn	Céu posterior	后天
hòu tiān zhī qì	Qi do céu posterior	后天之气
hū xī zhī qì	Qi da transpiração	呼吸之气
huà qì	Transformar o Qì.	化气
huó qì xuè	Ativar o Qì e o Sangue	活气血

PINYIN	PORTUGUÊS	CHINÊS MODERNO
jiàng	Descender. Descida.	降
jiāng nì qì	Fazer descender o Qi invertido	降逆气
jiàng qì jiàng nì	Fazer descender Qi, fazer descender a inversão	降气降逆
jīn	Líquidos-Jin	津
jīn qì	Líquidos e Qi. Qi dos líquidos. Líquidos.	津气
jīn yè	Líquidos-Jin e líquidos-Ye. Líquidos do corpo.	津液
jìn qì fǎ	Método de promoção do qì	进气法
jīng luò zhī qì	Qi dos canais e colaterais	经络之气
jīng qì	Qi dos canais	经气
jīng qì	Jing Qi. Qi essencial	精气
jīng qì duó	Esgotamento do Jing qì	精气夺
jù qì	Grande Qi (sinônimo de zhèng qì-正气)	巨气
jué qì	Reversão (por desordem do) qì	厥气
lǐ qì	Regularizar o qì	理气
lì qì	Qi pestilento (epidêmico).	疠气
lì qi	Qi cruel (perverso)	戾气
lì qì	Fazer o qì fluir	利气
liù qì	Seis Qi (climáticos) (vento, frio, calor, umidade, secura, fogo)	六气
liù qì	Seis Qi (ou seja, Qi, Jing, sangue, líquidos-Jin, líquidos-Ye, vasos)	六气
mài qì	Qi dos vasos	脉气
nà qì	Receber o Qì. Recepção do qì.	纳气
nì qì	Inversão do qì	逆气
pǐ qì	Grumo de qì	痞气
pò qì	Quebrar o qì	破气
qì	Qi	气
qì bì	Oclusão do qì	气闭
qì bìng	Doença do qì	气病
qì bìng zhèng hòu	Síndrome das doenças do Qi	气病证侯
qì bù zú	Insifuciência do Qi	气不足
qì fèn	Camada do Qi	气分
qì fèn zhèng	Síndrome da camada do Qi	气分证
qì hǎi	Mar do Qì	气海
qì huà	Transformação do Qi	气化
qì huà shī tiáo	Desequilíbrio da função de transformação do Qi	气化失调
qì huà wú quán	Falha da função de transformação do qì	气化无权
qì huì xué	Ponto Huì-reunião do Qi	气会穴
qì jī	Acúmulo-Ji de Qì	气积
qì jī	Mecanismos do Qi	气机
qì jī bú chàng	Mecanismos do Qi não tem fluidez suficiente	气机不畅
qì jī bú lì	Mecanismos do Qi não estão fluidos	气机不利

PINYIN	PORTUGUÊS	CHINÊS MODERNO
qì jī shàng nì	Inversão para cima dos mecanismos do qì	气机上逆
qì jī shī tiáo	Desequilíbrio dos mecanismos do Qì. Mecanismos do Qì desequilibrados.	气机失调
qì jī tiáo chàng	Acordo e fluidez dos mecanismos do Qi	气机调畅
qì jiē	Ruas do Qi	气街
qì jié	Nó do qì	气结
qì jué	Reversão (por desordem) do Qì	气厥
qì kuài	Tamanho do Qì	气块
qì liú	Tumor de Qì	气瘤
qì mǎn	Plenitude do Qì	气满
qì nì	Inversão do qì	气逆
qì ruò	Fraqueza do qì	气弱
qì shàng nì	Inversão e ascensão do Qì	气上逆
qì shí	Plenitude do qì	气实
qì tuō	Escape do qì	气脱
qì wèi	Qi (natureza) e sabor (Farmacologia e dietética)	气味
qì xiàn	Afundamento do Qi	气陷
qì xù	Deficiência de qì	气虚
qì xuè	Qi e sangue	气血
qì xū yù tuō	Qi vazio quer escapar	气虚欲脱
qì yīn bìng xū	Deficiência simultânea de Qì e de Yin	气阴并虚
qì yīn bù zú	Insuficiência de Qi e de Yin	气阴不足
qì yīn liǎng shāng	Lesão do Qi e do Yin	气阴两伤
qì yīn liǎng xū	Deficiência do Qi e do Yin	气阴两虚
qì yīn shuāng bǔ fǎ	Método de dupla tonificação do Qì e do Yin	气阴双补法
qì yíng liǎng fán	Dupla queima do Qi e do nutritivo	气营两燔
qì yíng liǎng qīng	Dupla purificaão do Qì e do nutritivo	气营两清
qì yíng tóng bìng	Doença (atingindo) ao mesmo tempo o Qì e o nutritivo	气营同病
qì yù	Depressão do Qi	气郁
qì yù huà huǒ	Depressão do Qi se transforma em fogo	气郁化火
qì yù huà rè	Depressão do Qi se transforma em calor	气郁化热
qì zhì	Chegada do Qi	气至
qì zhì	Estagnação do Qi	气滞
qì zhì bú yùn	Estagnação do Qi	气滞不运
qì zhǔ xù zhī	Qi governa o aquecimento	气主煦之
qīng	Puro. Purificar. Purificação.	清
qīng qì	Qi puro	清气
qīng qì bù shēng	Qi puro não ascende	清气不升
rè shāng qì	Calor lesa o Qi	热伤气
rèn mài	Ren Mai	任脉
ròu còu	Interstícios das carnes	肉腠
rù	Entrar. Entrada	入

PINYIN	PORTUGUÊS	CHINÊS MODERNO
qì jī shàng nì	Inversão para cima dos mecanismos do qì	气机上逆
qì jī shī tiáo	Desequilíbrio dos mecanismos do Qì. Mecanismos do Qì desequilibrados.	气机失调
qì jī tiáo chàng	Acordo e fluidez dos mecanismos do Qi	气机调畅
qì jiē	Ruas do Qi	气街
qì jié	Nó do qì	气结
qì jué	Reversão (por desordem) do Qì	气厥
qì kuài	Tamanho do Qì	气块
qì liú	Tumor de Qì	气瘤
qì mǎn	Plenitude do Qì	气满
qì nì	Inversão do qì	气逆
qì ruò	Fraqueza do qì	气弱
qì shàng nì	Inversão e ascensão do Qì	气上逆
qì shí	Plenitude do qì	气实
qì tuō	Escape do qì	气脱
qì wèi	Qi (natureza) e sabor (Farmacologia e dietética)	气味
qì xiàn	Afundamento do Qi	气陷
qì xù	Deficiência de qì	气虚
qì xuè	Qi e sangue	气血
qì xū yù tuō	Qi vazio quer escapar	气虚欲脱
qì yīn bìng xū	Deficiência simultânea de Qì e de Yin	气阴并虚
qì yīn bù zú	Insuficiência de Qi e de Yin	气阴不足
qì yīn liǎng shāng	Lesão do Qi e do Yin	气阴两伤
qì yīn liǎng xū	Deficiência do Qi e do Yin	气阴两虚
qì yīn shuāng bǔ fǎ	Método de dupla tonificação do Qì e do Yin	气阴双补法
qì yíng liǎng fán	Dupla queima do Qi e do nutritivo	气营两燔
qì yíng liǎng qīng	Dupla purificaão do Qì e do nutritivo	气营两清
qì yíng tóng bìng	Doença (atingindo) ao mesmo tempo o Qì e o nutritivo	气营同病
qì yù	Depressão do Qi	气郁
qì yù huà huǒ	Depressão do Qi se transforma em fogo	气郁化火
qì yù huà rè	Depressão do Qi se transforma em calor	气郁化热
qì zhì	Chegada do Qi	气至
qì zhì	Estagnação do Qi	气滞
qì zhì bú yùn	Estagnação do Qi	气滞不运
qì zhǔ xù zhī	Qi governa o aquecimento	气主煦之
qīng	Puro. Purificar. Purificação.	清
qīng qì	Qi puro	清气
qīng qì bù shēng	Qi puro não ascende	清气不升
rè shāng qì	Calor lesa o Qi	热伤气
rèn mài	Ren Mai	任脉
ròu còu	Interstícios das carnes	肉腠
rù	Entrar. Entrada	入

PINYIN	PORTUGUÊS	CHINÊS MODERNO
rù qì fen	Entrar na camada do Qi	入气分
sān jiāo	Triplo aquecedor	三焦
shān lán zhàng qì	Qi de miasmas (Sinônimo de zhàng qì-瘴气)	山岚瘴气
shàng jiāo	Aquecedor superior	上焦
shàng qì	Qi ascendente	上气
shàng qì hǎi	Mar superior do Qi	上气海
shēng	Subir. Ascendente. Subida.	升
shèng qì	Qi vencedor	胜气
shēng qīng qì	Fazer subir o Qì puro	升清气
shēng tí qīng qì	Ascender o Qì puro	升提清气
shí qì	Qi sazonal	时气
shí xíng lì qì	Qi sazonal cruel (epidêmico)	时行戾气
shuǐ gǔ jīng wēi	Jing sutil da água e dos grãos (Sinônimo de shuǐ gǔ zhī jīng-水谷之精)	水谷精微
shuǐ gǔ zhī qì	Qi da água e dos grãos	水谷之气
shuǐ gǔ zhī hǎi	Mar da água e dos grãos	水谷之海
shuǐ gǔ zhī jīng	Jing da água e dos grãos	水谷之精
shùn qì	Normalizar o qì	顺气
sì qì	(Os) Quatro Qi	四气
tiáo qì	Regularizar o Qì	调气
tiān qì	Qi do céu	天气
tōng qì	Desobstruir o Qì	通气
tuī dōng	Mobilização (Função do Qi)	推动
tuō qì	Escape do Qi	脱气
tuō zhèng	Síndrome do escape	脱证
wài xiè	Perverso externo	外邪
wèi qì	Qi defensivo	卫气
wèi qì xū	Deficiência de Qi defensivo	卫气虚
wēn xù	Aquecimento (Função do Qi)	温煦
xià jiāo	Aquecedor inferior	下焦
xià qì hǎi	Mar inferior do qì	下气海
xiān tiān zhī huǒ	Fogo do céu anterior (sinônimo de zhēn huǒ-真火)	先天之火
xiān tiān zhī běn	Raiz do céu anterior	先天之本
xiān tiān zhī jīng	Jing do céu anterior	先天之精
xiān tiān zhī qì	Qi do céu anterior	先天之气
xié qì	Qi perverso	邪气
xíng qì	Mobilizar o Qì	行气
xū lǐ	Xu Li (Grande colateral do estômago (sinônimo de wèi zhī dà luò-胃之大络)	虚里
xuè	Sangue	血
xuè zhōng zhī qì	Qi no (interior) sangue	血中之气
xūn zhēng	Vaporização	熏蒸
yáng qì	Yang Qi	阳气

PINYIN	PORTUGUÊS	CHINÊS MODERNO
yì qì	Apoiar (aumentar) o Qì	益气
yì qì	Qi diferente (anormal)	异气
yì lì zhī qì	Qi cruel (perverso)	疫疠之气
yīn qì	Yin Qi	阴气
yíng fèn	Camada nutritiva	营分
yíng qì	Qi nutritivo	营气
yíng yáng	Nutrição (função do qì)	营阳
yuán qì	Qi original	元气
yuán qì bù zú	Insuficiência do Qì original	元气不足
yuán qì xū	Deficiência de Qi originel	元气虚
zá qì	Qi misturado (impuro)	杂气
zàng fǔ zhī qì	Qi dos órgãos Zang Fu	脏腑之气
zhēn qì	Qi verdadeiro	真气
zhèng qì	Qi correto	正气
zhèng qì bù zú	Insuficiência do Qi correto	正气不足
zhèng qì xū	Deficiência de Qi correto	正气虚
zhōng jiāo	Aquecedor central	中焦
zhōng qì	Qi central	中气
zhōng qì bù zú	Insuficiêncai do Qi central	中气不足
zhōng qì xiǎ xià	DIMINUIÇÃO do Qì central	中气下陷
zhǔ qì	Qi anfitrião	主气
zhuó	Turvo.Sujo	浊
zhuó qì	Qi turvo	浊气
zhuó qì bù jiàng	Qi turvo não descende	浊气不降
zōng qì	Qi TORACICO	宗气

CAPÍTULO 5

XUÈ

SANGUE



"Os antigos diziam: os rins estão aquecidos então ele gera o jīng, o coração está fresco então ele gera o sangue",

(Gŭ Fă Yăng Shēng Shí Sān Zé Chăn Wēi – Sutilezas explicadas dos treze antigos princípios dos métodos do yăng shēng).

I - Definição e conceito geral

O sangue é o líquido vermelho que se desloca no interior dos vasos sanguíneos (xuè mài 血脉) e que circula no corpo inteiro para nutrir o conjunto de órgãos e tecidos. Tradicionalmente, se diz que no interior ele nutre os órgãos e vísceras zàng fŭ e que no exterior ele nutre a pele, articulações e os membros. Ele constitui um dos principais aspectos da nutrição yīn. Representa uma das substâncias fundamentais do organismo, junto com o jīng, o qì, os líquidos... Com estes últimos e os órgãos, ele participa da atividade e equilíbrio fisiológico yīn yáng.

Vamos relembrar os cinco pontos a seguir :

1 - O sangue tem uma forma (xíng 形), pertence ao yīn. É uma substância material.
2 - O sangue possui uma potente propriedade umidificante e nutritiva. É sua principal função.
3 - Para que o sangue assuma sua função, é condição essencial que ele circule no interior dos vasos.
4 - O sangue é de natureza yīn, participa do equilíbrio fisiológico yīn/yáng.
5 - Possui uma relação estreita com o qì, o jīng, os líquidos e os órgãos zàng.



O caractere Xuè (sangue) em estilo dos grandes selos

II - PRODUÇÃO DE SANGUE

O sangue é produzido de duas maneiras diferentes e complementares. Ele é resultado da transformação do jīng sutil (jīng wēi 精微) da água e dos grãos e do jīng armazenado pelos rins. Em outras palavras, é o jīng do céu posterior, que provem do aquecedor central associado ao baço e o jīng do céu anterior, que provem do aquecedor inferior associado aos rins, que são a origem da produção de sangue.

1 - Produção de sangue pelo jīng da água e dos grãos

Para compreender bem como se dá a transformação do jīng dos alimentos em sangue, é preciso se lembrar das diferentes etapas da digestão.

- Primeiro, o estômago recebe os alimentos sólidos e líquidos, os fermenta e cozinha (fǔ shú 腐) com ajuda do qì do baço.
- Em seguida, graças ao seu qì descendente, o estômago direciona estes alimentos pré-digeridos ao intestino delgado onde, sempre com a ajuda do baço, eles continuam a ser dissolvidos.
- O intestino delgado separa o qì puro (ou seja, o jīng sutil nutritivo e assimilável) e o qì turvo (ou seja, os dejetos oriundos da digestão dos alimentos).
- A partir desta separação, o baço, com a ajuda do qì ascendente do fígado, faz o puro subir (qīng 清), ou seja, o jīng wēi (精微) dos alimentos, em direção ao coração.
- O coração o envia aos vasos. Ele é transportado até o pulmão que o reúne os cem vasos. Nós nos baseamos no capítulo 21 do Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn para afirmar que o jīng wēi (精微) passa primeiro pelo coração e somente depois pelo pulmão: "O qì dos alimentos entra no estômago, o qì turvo entra no coração, o jīng que abunda chega aos vasos, o qì dos vasos flui nos canais, o qì dos canais volta ao pulmão, o pulmão reúne os cem vasos". O qì turvo, que é a questão aqui, nada mais é que o jīng wēi (精微) dos alimentos que é descrito como rico, leitoso, turvo. Aqui não se trata do qì turvo inassimilável do bolo alimentar que é eliminado pelo organismo pelas vias urinárias e fecais.

De acordo com algumas passagens do Nèi Jīng (Clássico interno), o jīng dos alimentos é enviado pelo baço diretamente ao pulmão ou primeiro ao coração e depois ao pulmão. Esta transmissão do jīng qì não se faz de qualquer maneira, mas pelo sistema de canais. Ora, a meu ver, é o puro separado do turvo pelo intestino delgado que sobe ao aquecedor superior graças à ação ascendente do baço. Se é verdade que o canal do pulmão passa ao nível do estômago e do intestino grosso, ele não tem relação direta nem com o intestino delgado, nem com o baço. Por outro lado, o canal do coração é ligado ao intestino delgado e o do baço ao coração. E o canal principal do coração passa pelo pulmão. Resumindo, ou Nèi Jīng (Clássico interno) "simplificou" as etapas de transmissão do jīng e citou diretamente a do pulmão omitindo voluntariamente o coração, ou descreveu duas transmissões independentes e complementares do jīng sutil: 1 - aquecedor central em direção ao coração e depois ao pulmão, 2 - aquecedor central em direção ao pulmão. Da minha parte, eu sou mais inclinado à "tese" da simplificação, fenômeno comum nos textos chineses antigos ou mesmo modernos.

- No pulmão uma parte se divide diretamente em qì nutritivo (yíng qì 营气) e em qì defensivo (wèi qì 卫气) e outra se mistura ao qì do ar captado pelo pulmão para produzir o qì torácico ou confluente (zōng qì 宗气). Uma parte do qì nutritivo é transmitida pelo pulmão ao coração onde se transforma em sangue. O sangue é então mobilizado pelo coração em toda a rede de vasos sanguíneos. Eu não apoio a ideia de que o qì nutritivo e o qì defensivo derivam do qì confluente (zōng qì 宗气). A descrição que é feita no Nèi Jīng (Clássico interno) e nos textos médicos que citam a digestão, nos permitem pensar que yíng qì (营气) e wèi qì (卫气) emanam diretamente do jīng dos alimentos, antes que este se misture ao qì do ar para formar zōng qì (宗气). Para ter uma descrição detalhada e completa do processo da digestão, ver capítulo sobre o baço.

A- O papel do aquecedor central

O capítulo 30 do Huáng Dì Nèi Jīng Líng Shū chama a atenção para a importância do aquecedor central: "O aquecedor central recebe o qì do qual ele capta o suco, este se transforma em vermelho, é o que chamamos sangue". O aquecedor central corresponde ao baço e estômago. O qì é o qì dos alimentos chamado de qì dos grãos (gǔ qì 谷气). O suco é o jīng sutil dos alimentos (cuja natureza é principalmente yīn, líquida). Podemos concluir que o sangue é produzido pela transformação do jīng dos alimentos graças à ação do aquecedor central. Atenção, isso não significa que o sangue é produzido no aquecedor central mas a partir do qì dos alimentos gerado pelo baço e estômago. A transformação do sangue propriamente dita se faz mais ao alto no aquecedor superior. Logicamente um aporte de nutrição em quantidade e qualidade suficientes é importante. Em caso de má-nutrição o aquecedor central não pode produzir sangue de forma eficaz. "As bebidas e os alimentos são abundantes então automaticamente o sangue é produzido. As bebidas e os alimentos são insuficientes então o sangue não é produzido", (Yī Mén Fǎ Lǜ – As leis da medicina).

B - O papel do pulmão

Se o baço e o estômago exercem um papel fundamental na produção de sangue graças à função de assimilação do jīng, a ação do pulmão é igualmente importante. É em sua rede que o jīng se transforma em sangue. Aqui também é Huáng Dì Nèi Jīng Líng Shū no capítulo 18 que nos revela este aspecto: "O aquecedor central (...) transforma o jīng sutil, ele o faz subir e o derrama nos canais do pulmão onde finalmente ele se transforma em sangue". Esta ideia é sustentada por Yáng Shàng Shàn (dinastia Sui) em Huáng Dì Nèi Jīng Tài Sù (Grande simplicidade do clássico do Imperador Amarelo): "O suco do jīng dos cinco grãos se encontra no aquecedor central. Ele flui pelo canal shǒu tài yīn 手太阴 (pulmão), se transforma em [*líquido*] vermelho que segue e circula nos canais a fim de gerar (*isto é, nutrir*) o corpo, [este líquido vermelho] é o que chamamos de sangue". Nos clássicos coabitam duas teses. Uma onde o sangue é produzido no pulmão (ou em sua rede), outra onde ele é fabricado no coração. Isto não é muito perturbador pois sabemos que estes dois órgãos são muito próximos. O Nèi Jīng (Clássico interno) diz que o pulmão é o ministro do coração. Eles funcionam lado a lado principalmente para fazer o sangue circular em todo o organismo.

C - O papel do qì nutritivo

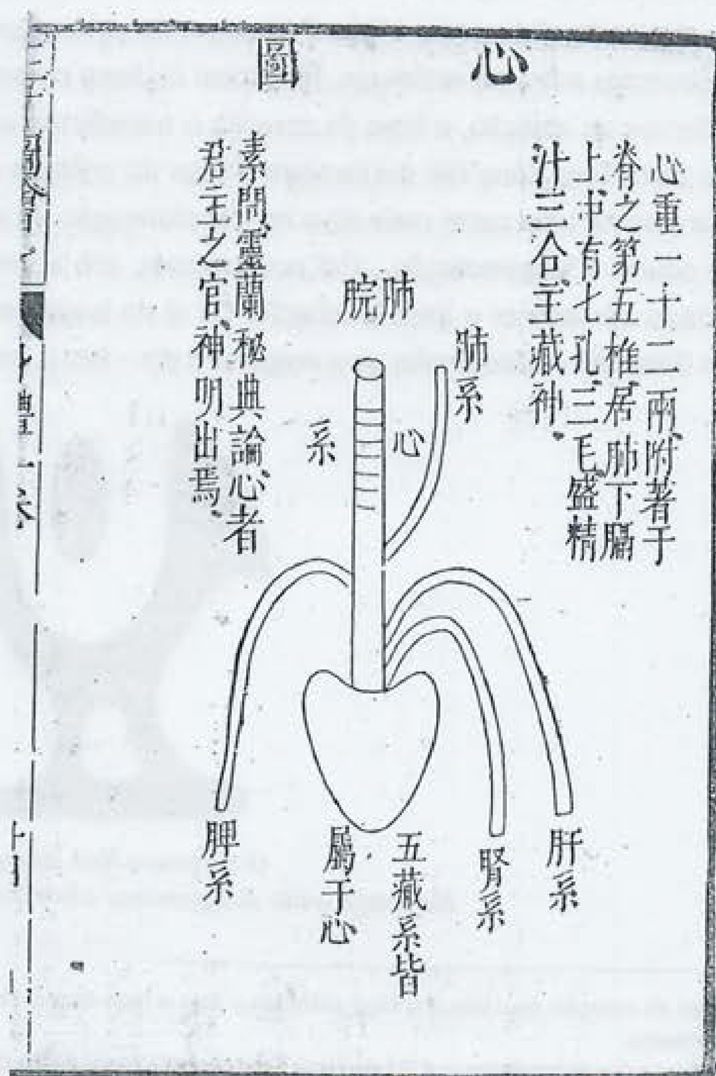
Para ser mais preciso não é o jīng dos alimentos mas o qì nutritivo yíng qì (营气) que por sua vez já é uma transformação do jīng sutil que se transforma em sangue. Nós nos baseamos em dois textos para justificar este princípio. Primeiro o capítulo 71 do Huáng Dì Nèi Jīng Líng Shū que assinala: "O qì nutritivo secreta um líquido que se derrama nos vasos e que se transforma em sangue". Em seguida o Dú Yī Suí Bǐ (Ensaios sobre leituras médicas) de Zhōu Xué Hǎi : "O qì que produz sangue é o qì nutritivo. O qì nutritivo é abundante, então o sangue é abundante, o qì nutritivo é fraco, então o sangue é fraco". Isto não é uma incoerência com os textos que vão além dizendo que é o jīng que se transforma em sangue. Pois é mesmo o jīng que gera o qì nutritivo que por sua vez se transforma em sangue. Integrar yíng qì no processo de produção do sangue vem simplesmente dar mais precisão. Zhāng Jiè Bīn no Lèi Jīng (Clássico das classificações) se baseia no capítulo 30 do Huáng Dì Nèi Jīng Líng Shū e aí integra o qì nutritivo para explicar o mecanismo: "O [qì] nutritivo sai do aquecedor central, recebe o qì (*do aquecedor central*) de onde ele capta o suco, que se transforma em vermelho, é o que chamamos de sangue, é por isso que se diz que o baço armazena o [qì] nutritivo".

D - O papel do coração e dos vasos

O coração segundo os textos:

1 - É simplesmente o órgão no final da cadeia, que recebe o sangue do pulmão e que tem a missão de propulsá-lo para todo o organismo,

2 - Ou é o local onde é gerado o sangue a partir do qì nutritivo recebido do pulmão. A partir da frase do Huáng Dì Nèi Jīng Líng Shū: "O qì nutritivo secreta um líquido que se derrama nos vasos e que se transforma em sangue", alguns autores chineses dizem que os vasos aqui correspondem aos vasos do coração, pois o coração governa os vasos e, consequentemente, que o sangue se transforma no coração.



O coração está relacionado com o fígado
Retirado do Sān Cái Tú Huì 三才图会 (Recompilação de ilustrações sobre as três potências), de Wáng Sī Yì 王思义, dinastia Ming, 1607

Numerosos clássicos se apoiam na ideia de que o coração produz o sangue ou que ele é o local onde acontece esta transformação: "O coração gera o sangue", (Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn – capítulo 5). "O coração gera o sangue", (Huà Shì Zhōng Zàng Jīng - Canon central do mestre Hua). "O coração está em harmonia então o sangue é produzido", (Gǔ Jīn Yī Tǒng Zhèng Mài Quán Shū – Compêndio das obras corretas antigas e modernas).

"O coração produz o sangue", (Nǚ Kē Yào Zhǐ – Pontos essenciais em ginecologia). "O sangue é produzido e transformado no coração", (Yù Jī Wēi Yì – Sentido sutil do mecanismo de jade). "O jīng dos rins penetra no coração, se transforma em vermelho e torna-se sangue", (Huáng Dì Nèi Jīng Líng Shū Jí Zhù – Anotações sobre o eixo espiritual do clássico interno do Imperador Amarelo). "O sangue é uma transformação do fogo do coração[1]. (...) O vermelho é a cor do fogo do coração. O fogo do coração é insuficiente então o sangue é de cor pálida, o qì do coração é deficiente e frio então o sangue se coagula e torna-se violeta escuro.", (Yī Biǎn – Caminhada [para alcançar] à medicina). "Se a água entra no coração e se transforma em vermelho é o sangue", (Yī Dēng Xù Yàn – Lâmpada médica que continua a brilhar). "O fígado armazena o sangue, o sangue é gerado pelo coração", (Xuè Zhèng Lùn – Tratado das síndromes do sangue).

Além disso, Táng Zōng Hǎi, sob a dinastia Qing no imperdível Xuè Zhèng Lùn (Tratado das síndromes do sangue) associa claramente o papel do baço, do estômago e do coração na produção do sangue: "O qì dos alimentos entra no estômago, [no] canal do baço ele se transforma em suco, [o baço] o faz ascender e o oferece ao coração, o fogo do coração o transforma em vermelho, é o que chamamos de sangue". Neste caso, Táng Zōng Hǎi destacando o fogo do coração enfatiza a ação "produtiva" do coração. Este último assume uma parte mais ativa na transformação do sangue e deixa de ser um simples receptáculo onde ocorre a transmutação. Um pouco antes, sob a dinastia Ming, Wǔ Zhī Wàng, havia igualmente associado claramente o baço e coração: "O qì do baço[2] entra no coração e se transmuta em sangue", (Jì Yīn Gāng Mù – Compêndio para resgatar o yīn – *isto é, as mulheres*).



O caractere Xuè (sangue)
No antigo estilo das gravuras sobre bronze (jīn wén 金文)

1. O fogo do coração aqui não é o fogo patológico mas o fogo monarca que é fisiológico e necessário ao bom funcionamento do organismo.
2. Aqui é preciso entender que o "qì do baço " representa o resultado da ação do qì do baço sobre o bolo alimentar, a saber o jīng dos alimentos que, em seguida, se transforma em sangue no coração.

E - O papel dos líquidos jīn yè (津液)

Devemos manter em mente que o sangue é um líquido e que ele possui uma relação estreita com os líquidos jīn yè. Estes últimos são igualmente gerados pela transformação da água e dos grãos ao nível do aquecedor médio. Uma parte destes líquidos puros penetra nos vasos e se transforma em sangue. Eles dão a característica fluida e contribuem com a forma (xíng 形) do sangue. É por isso que eles contribuem com a regularização da volemia, sobretudo quando o líquido sanguíneo é insuficiente, seja por problema na produção, seja devido à perdas importantes (hemorragia maciça aguda ou leve mas crônica). Novamente é o Huáng Dì Nèi Jīng Líng Shū no capítulo 81 que revela este princípio: "Do aquecedor central sai um qì como um orvalho que se espalha no alto do riacho do vale [*isto é, o pulmão*]. Ele (*o orvalho*) se infiltra nos vasos luo netos[3] (sūn mài 孙脉), os líquidos jīn yè (津液) estão em harmonia, eles se transformam em vermelho e tornam-se sangue".

Existe, portanto, uma ligação estreita entre o sangue e os líquidos. Se um faltar o outro é utilizado para compensar esta deficiência. Isto vale nos dois sentidos. Encontramos esta ajuda mútua na patologia. Uma grande perda de líquidos gera uma deficiência de sangue e uma deficiência de sangue induz à uma lesão dos líquidos provocando secura. Além disso, os líquidos e o sangue por terem uma circulação em comum ou em paralelo, uma lentificação da circulação do sangue pode induzir um edema. Isto é perfeitamente evidenciado por Táng Zōng Hăi: "O sangue e a água fundamentalmente não são separados um do outro. Por isso que uma transpiração excessiva lesa o sangue. Uma purgação que faz perder líquidos lesa o sangue (...). Uma doença de água é inseparável do sangue (...) [Em caso de] deficiência de sangue, então [há] sede e os líquidos não são gerados (...) Uma estase de sangue se transforma em água (edema). A doença do sangue é inseparável da água", (Xuè Zhèng Lùn – Tratado das síndromes do sangue).

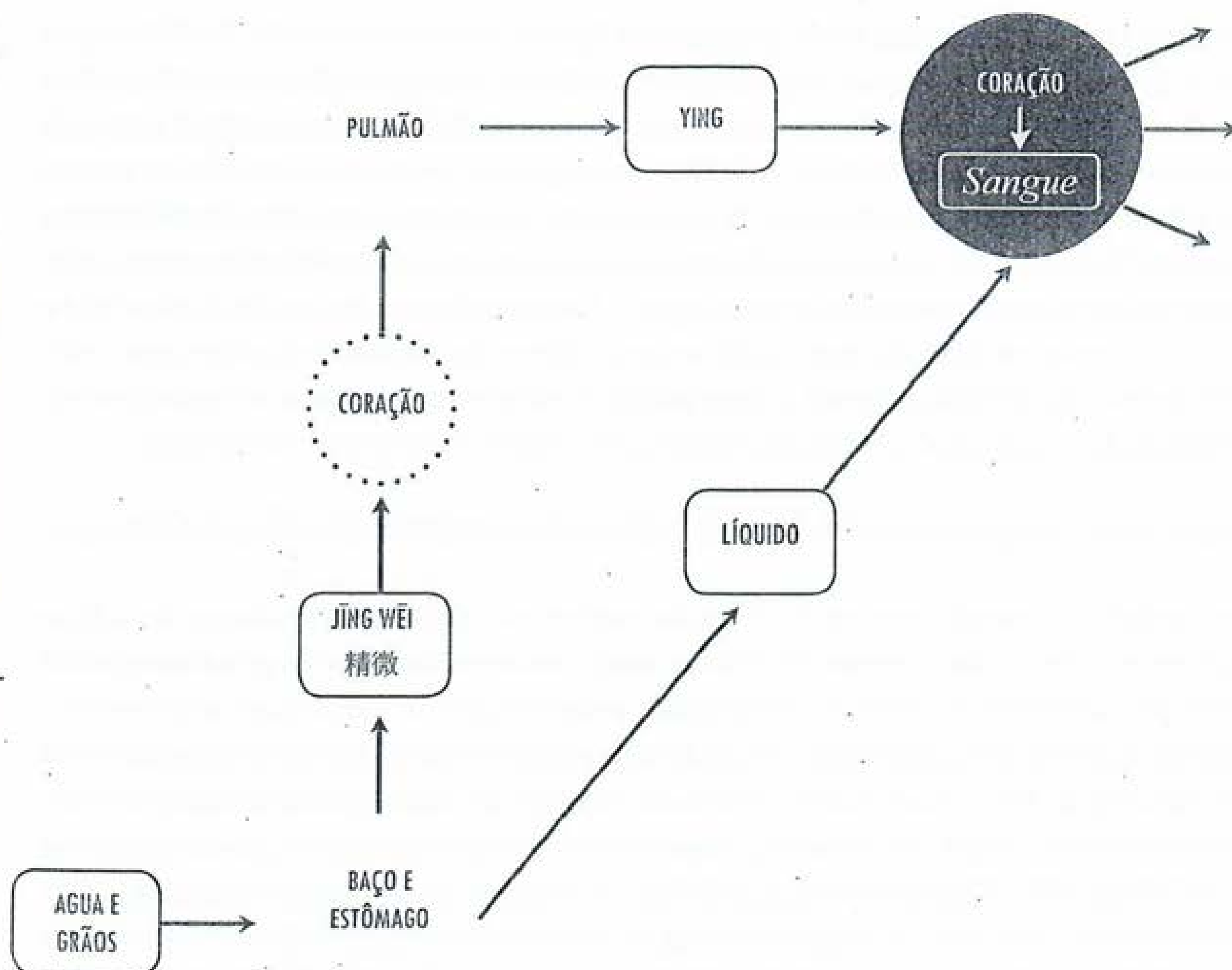
F - O baço e o estômago são a fonte da produção e da transformação do qì e do sangue

Ainda que o pulmão e o coração tenham um papel determinante no anabolismo do sangue, é o baço e o estômago que são considerados como a fonte da produção e da transformação do qì e do sangue. Na verdade, são eles que oferecem a matéria de base para a elaboração de ambos: o jīng dos alimentos e dos líquidos jīn yè (津液). Uma deficiência do pulmão ou do coração não é vista como causa para uma insuficiência de sangue. Por outro lado, uma deficiência do baço e do estômago é uma etiologia fundamental da deficiência do sangue. Este princípio é evidenciado em Jǐng Yuè Quán Shū (Obra completa de Jing Yue) de Zhāng Jiè Bīn: "O sangue é o jīng qì da água e dos grãos, ele é continuamente preenchido, produzido e transformado pelo baço". O papel do baço é tão fundamental que Zhōu Shèn Zhāi da dinastia Ming o considera como a fonte do sangue: "O baço é a fonte do sangue", (Shèn Zhāi Yí Shū – Livro póstumo de Shen Zhai).

3. Os vasos luo netos, sūn mài 孙脉, são os menores vasos da rede de canais. Eles também são chamados conexões ou colaterais luo netos (sūn luò 孙络).

Conclusão

Apesar de algumas contradições nos clássicos, eu privilegio a ideia de que o sangue é produzido no coração e não no pulmão. A partir daí, é possível definir diferentes etapas da produção do sangue da seguinte maneira: primeiro há a ação de fermentação/cozimento do estômago e de transporte/transformação do baço que é a origem da assimilação do jīng sutil dos alimentos. Em seguida, este jīng wēi (精微) é transmitido ao coração e depois ao pulmão. No pulmão uma parte se transforma em qì nutritivo. Este último é transmitido ao coração onde se transforma em sangue. Os líquidos jīn yè (津液) ao entrarem nos vasos sanguíneos participam da fluidez e do volume do sangue. Podemos dizer que no processo de produção ligado ao aquecedor central o sangue é principalmente constituído a partir do qì nutritivo e dos líquidos jīn yè (津液) ambos oriundos dos alimentos.



Produção de sangue pelo jīng da água e dos grãos

2 - Produção de sangue pelo jīng dos rins

Numerosos clássicos relatam que os rins têm também um papel fundamental na produção de sangue. Por exemplo, Zá Bìng Yuán Liú Xī Zhú (Esclarecimentos sobre a origem e o desenvolvimento de diversas doenças) coloca esta idéia em evidência: "A fonte do sangue se encontra nos rins". Numa de suas obras menos conhecidas, Lǚ Shān Táng Lèi Biàn (Diferenciação das categorias de Lu Shan Tang), Zhāng Zhì Cōng explica o aspecto dos rins que está na origem da produção de sangue : "Os rins são os órgãos da água, ele governa o armazenamento do jīng que se transforma em sangue". O Zhū Bìng Yuán Hòu Zǒng Lùn (Tratado geral sobre a origem e os sinais clínicos de todas as doenças) confirma esta idéia: "Os rins armazenam o jīng. É o jīng que produz o sangue", O Běn Cǎo Shù Gōu Xuán (Matéria médica conforme a sondagem obscura) também evidencia este princípio : "O yīn verdadeiro é a fonte da transformação do sangue". Temos a confirmação de que o jīng dos rins pode se transformar em sangue.

Aprofundando a fisiologia da medicina chinesa, é possível explicar por qual processo isto acontece. E pra isso é necessário estudar a relação entre o fígado e os rins. Esta parece próxima, pois se diz: "O fígado e os rins tem a mesma origem". Na verdade, a expressão original é: "Yǐ (乙) e guǐ (癸) tem a mesma origem". Yǐ (乙) designa o décimo segundo tronco celeste[4] que corresponde em medicina chinesa ao aspecto yīn da madeira (portanto, o fígado) e guǐ (癸) designa o décimo tronco celeste que corresponde em medicina chinesa ao aspecto yīn da água (portanto, os rins). Assim, precisamente, é o yīn do fígado e dos rins que tem a mesma origem. É necessário saber que o fígado armazena sangue que é um líquido yīn e que os rins armazenam o jīng que é também um substrato yīn. Sangue e jīng se completam para constituir o yīn do fígado e dos rins. É a razão pela qual utilizamos também a expressão "O jīng e o sangue tem a mesma origem".

Fígado, rins, sangue, jīng possuem uma relação estreita para constituir o yīn de origem inferior. O yīn do fígado (em particular o sangue do fígado) e o yīn dos rins (em particular o jīng dos rins) se auxiliam e se completam mutuamente. Para ser mais preciso, é o jīng dos rins transmitido ao fígado que se transforma em sangue (do fígado). Zhāng Lù em Zhāng Shì Yī Tōng (Comunicações médicas do mestre Zhang) nos confirma este processo. "O jīng que não é escoado, retorna [sob a forma de] jīng ao fígado onde ele é transformado em sangue puro". Podemos ir mais além e dizer que é o yáng (fogo ministro) que transforma o jīng (água) em sangue. "O sangue do órgão fígado tem sua origem na água e é formado pelo fogo", (Běn Cǎo Shù Gōu Xuán – Matéria médica conforme sondagem obscura). "A água dos rins é aquecida[5] e sobe, então ela se transforma em sangue do fígado", (Sù Líng Wēi Yùn – Mistérios sutis das questões simples e do eixo espiritual). O fogo ministro que se aloja no fígado e nos rins transforma o jīng dos rins em sangue do fígado.

Logicamente, pode ocorrer o inverso, o sangue do fígado pode se transformar em jīng do rim em caso de necessidade. "O sangue muda gradualmente, se transforma e produz o yīn jīng", (Xìng Mìng Fǎ Jué Míng

---

4. Ver o anexo "Os dez troncos celestes e os doze ramos terrestres " no final do capítulo sobre cinco movimentos.
5. A água dos rins aqui descreve o jīng dos rins. O aquecimento faz referência à transformação do jīng/água dos rins pelo fogo dos rins.

Zhī – Instruções claras sobre os métodos para a natureza inata e a força vital). "O sangue é fundamentalmente jīng, (...) O sangue se transforma em jīng", (Gǔ Fǎ Yǎng Shēng Shí Sān Zé Chǎn Wēi - Sutilezas explicadas dos treze princípios dos métodos antigos do yǎng shēng). "No corpo humano, os líquidos se transformam em sangue, o sangue se transforma em jīng, o jīng se transforma em medula", (Shòu Shì Chuán Zhēn – Verdadeira transmissão da longevidade). É por esta razão que uma deficiência de jīng dos rins é frequentemente associada à uma deficiência de sangue do fígado e vice-versa. Suas produções mútuas fazem com que a deficiência de um induza à deficiência do outro, o bom estado de um induza ao bom estado do outro. É isto que enfatiza Zhāng Jiè Bīn em Lèi jīng (Clássico das classificações): "O jīng é insuficiente, então o sangue é insuficiente".

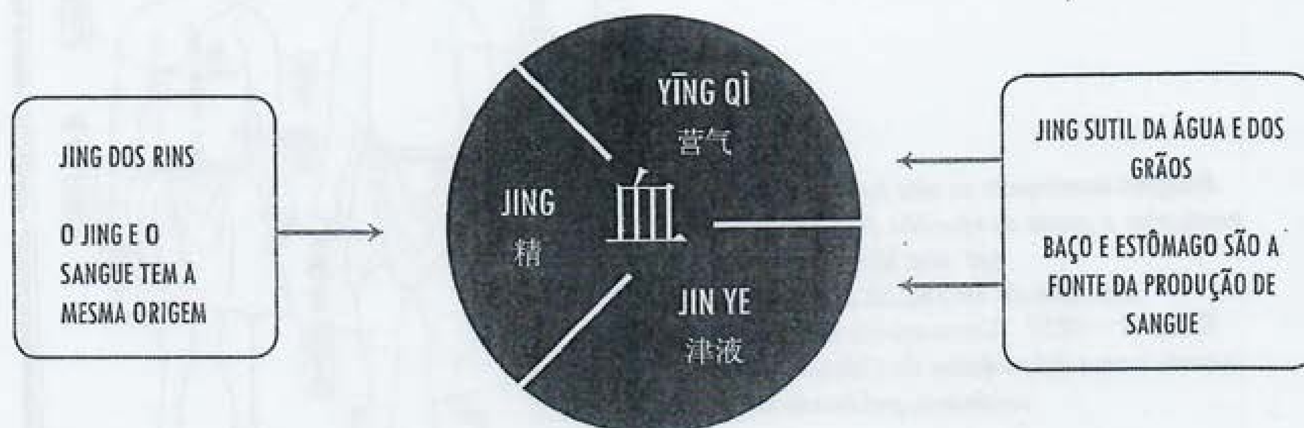
Deve-se notar que Zhāng Zhì Cōng (dinastia Qing) considerava que o jīng dos rins penetrando no coração se transformava em sangue. De qualquer maneira esta noção, ainda que marginal, deve ser notada. Ela reforça a ideia que o jīng dos rins produz o sangue. "O jīng dos rins penetra no coração, se transforma em vermelho e torna-se sangue", (Huáng Dì Nèi Jīng Líng Shū Jí Zhù – Anotações sobre o eixo espiritual do clássico interno do Imperador Amarelo). Esta teoria corrobora a obra de outro médico da dinastia Qing, Hé Mèng Yáo, que em seu Yī Biǎn (Caminhada [para alcançar] a medicina) definiu a relação rins/coração/líquidos da seguinte maneira: "O jīng, a medula, o sangue, o leite, a transpiração, os líquidos jīn (津) e yè (液), o muco nasal, as lágrimas, a urina são todos, sem exceção, a água que pertence aos rins. No entanto, só o sangue tem cor vermelha. O sangue é uma transformação do fogo do coração. (...) Os rins pertencem à água, o coração pertence ao fogo, a água se une ao fogo e o sangue é produzido".



Rim Yang e Rim Yin
Imagem retirada do Shāng Hán Yī Yàn 伤寒医验 *(Experiências médicas sobre lesões do frio) de Lú Yún Chéng* 卢云乘*, 1738*

Vista posterior dos órgãos
O Rim Yang armazena o fogo ministro
O Rim Yin armazena a água verdadeira (o Jing)
Entre eles: a porta do destino (mìng mén 命门*)*

É bastante comum ver em obras sobre teorias fundamentais francesas, inglesas e às vezes até mesmo chinesas que o jīng gera a medula e que a medula óssea produz sangue. Bom, após longa e obstinada pesquisa eu não encontrei nenhuma justificativa tradicional, nem de textos clássicos que sustentassem esta ideia. Ainda que ela seja muito sedutora, eu prefiro abandoná-la e me ater ao que é tradicionalmente admitido. De qualquer maneira, as relações jīng/sangue, rins/fígado são suficientes para explicar como o jīng produz sangue, sem ser obrigado a utilizar uma visão da medicina ocidental.



A composição do sangue

III - Funções do sangue

1 - O sangue umidifica e nutre

A - O sangue umidifica, nutre e amacia

Na 22ª dificuldade do Nán Jīng (Clássico das dificuldades), é dito que "O sangue governa a umidificação". Na verdade, sua natureza yīn, líquida, possui um potente poder nutritivo para o corpo inteiro. Ele circula por toda parte e em permanência através dos vasos, canais, conexões. É por isso que ele umidifica, enriquece, amacia o interior dos cinco órgãos zàng e as seis vísceras fǔ, o exterior da pele, as carnes, os músculos, os còu lǐ (腠理), os tendões e os ossos.

Quando o sangue é abundante, a tez é rosada, luminosa, os músculos são firmes, plenos, potentes, a pele, os cabelos e os pelos são lustrosos, luminosos, os quatro membros e as carnes se deslocam com vivacidade e força. Zhāng Jiè Bīn ilustra perfeitamente esta função do sangue da seguinte maneira: "A simples razão para a agilidade dos sete orifícios, o uso dos quatro membros, da flexibilidade dos tendões e dos ossos, da abundância de músculos e carnes, da nutrição dos zàng fǔ, da calma do espírito (shén神) e do hún (魂), do lustro da face, da abundância do nutritivo e do defensivo, da circulação fluida dos líquidos, da livre circulação dos dois [orifícios inferiores] yīn (...) nada mais é que a função [*de nutrição*] do sangue".



Imagem mostrando os oito huì-reunião, e em particular o ponto de reunião do sangue, o V17 (gé shū 膈俞) na escápula.
Retirado do Tú Zhù Bā Shí Yī Nán Jīng 图注八十一难经 (Comentários ilustrados das oitenta e uma dificuldades do Clássico das Dificuldades), publicado em 1510

A forma (xíng 形), a estrutura do corpo que é de natureza yīn, depende da nutrição do sangue que é ele mesmo de natureza yīn. O estado da forma depende do estado do sangue: "O sangue é abundante então a forma é abundante, o sangue é fraco então a forma é fraca", (Jīn Guì Gōu Xuán – Sondagem obscura do cofre de ouro), "O sangue é harmonioso então (...) os tendões e os ossos são vigorosos e fortes, as articulações estão limpas e livres", (Huáng Dì Nèi Jīng Líng Shū - capítulo 17). Deve-se notar que esta função nutritiva vai lado a lado com qì nutritivo, os líquidos e o jīng que constituem o sangue. Em caso de deficiência de sangue, a tez é opaca ou amarelada, os pelos e os cabelos são secos, a pele é seca até mesmo rugosa, os membros sofrem de entorpecimento, formigamentos, seus movimentos são imprecisos... "Os cabelos são os brotos do sangue, o sangue é próspero então os cabelos são lustrosos", (Yī Xué Rù Mén – Rudimentos de medicina).

B - A nutrição do sangue permite a atividade das funções orgânicas, sensoriais e físicas

De acordo com os clássicos, o qì não é o único responsável pela atividade fisiológica. O sangue tem um papel determinante no bom funcionamento dos órgãos dos sentidos, dos zàng fǔ, dos membros, etc. O capítulo 10 do Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn é muito claro a este respeito: "O fígado recebe o sangue então podemos ver, os pés recebem sangue então podemos caminhar, a palma da mão recebe sangue então ela pode apanhar, os dedos recebem sangue então eles podem agarrar". Esta ideia é fundamental e não suficientemente explorada na prática clínica. Este mecanismo explica porque, por exemplo, uma deficiência de sangue do fígado induz uma depressão do fígado. Pois a deficiência do fígado provoca uma diminuição

da atividade funcional dos órgãos e dos tecidos que à ele estão associados. "O fígado é naturalmente nutrido pelo sangue. [Se] o sangue é suficiente então [o fígado] é flexível. [Se] o sangue está deficiente então [o fígado] é duro". A dureza referida aqui é uma dureza por falta de umidificação pelo sangue que corresponde à uma estagnação do qì.

C - A nutrição do sangue permite a visão e os sonhos

Trata-se de uma função derivada da precedente que nos parece importante destacar. Um elo particular une o fígado, o hún (魂) (espírito do fígado), o sangue, a visão e os sonhos. De acordo com o Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn e o Lèi Jīng (Clássico das classificações), durante o dia, o qì do fígado mobiliza o sangue do fígado (o órgão que armazena o sangue) para o exterior, para os olhos, permitindo ver e imaginar (capacidade de captar imagens objetivas e criar imagens "subjetivas": mundo do consciente e do intelecto). À noite, o sangue (de natureza yīn) retorna ao interior do fígado, permitindo sonhar (imagem interior: mundo do inconsciente). Devemos nos lembrar dos seguintes ditados: "O fígado armazena o sangue" e "o hún (魂) reside no sangue". Na verdade, o hún reside mais especificamente no sangue do fígado. Em caso de deficiência de sangue do fígado, o hún não é mais ancorado, ele flutua, se agita induzindo à desordens psíquicas, sonhos abundantes, pesadelos ou outros problemas de sono... Além disso uma má nutrição dos olhos por deficiência de sangue provoca uma baixa acuidade visual, cegueira noturna, visão turva...

2 - O sangue alberga e nutre o espírito (shén - 神)

Lembremos que o espírito é a parte mais sutil, a mais "celestial" do indivíduo que vem originalmente do "vazio supremo[6] " (tài xū 太虚) e que organiza o conjunto dos fenômenos mentais, emocionais, sensoriais e espirituais do indivíduo. "O espírito é a raiz da vida", (Hàn Shū – O livro dos Han). Esta consciência organizadora se encarna numa forma, produzida pelo jīng. No início, ele se encarna numa trama de vida no momento do encontro dos jīng do pai e da mãe. Em seguida, ele continua a se ancorar no corpo graças à união permanente do jīng do céu anterior e posterior. É o que faz o Nèi Jīng (Clássico interno) dizer : "Os dois jīng que se unem recebem o nome de espírito" (Huáng Dì Nèi Jīng Líng Shū – capítulo 8).

O espírito é um qì sutil, muito yáng, celestial. Sua tendência natural é de subir (em direção ao céu) e se dispersar. Este yáng sutil deve ser equilibrado, nutrido e ancorado no corpo físico por uma substância yīn. O jīng e o sangue, que possuem uma relação particularmente estreita (ver mais acima), é que permitem o enraizamento do shén (神) na estrutura, na forma. No nível dos rins e do pulmão, é principalmente o jīng que cumpre este papel. Para o coração, o fígado e o baço, é principalmente o sangue. O Nèi Jīng (Clássico interno) em diferentes capítulos assinala este fato: "O fígado armazena o sangue, o sangue abriga o hún (魂)", "O baço armazena o nutritivo[7], o nutritivo abriga o yì (意)", "O coração armazena os vasos

---

6. Segundo o pensamento chinês, isto corresponde ao universo não manifestado, não diferenciado, ou sem forma (wú jí 无极) que é a origem de todas as coisas, de todas as criações. (Ver cosmogonias nos capítulos sobre o yīn yáng e o qì).
7. O nutritivo é yíng qì 营气, o qì nutritivo, que é ligado e circula com o sangue. Numa certa medida, podemos dizer que são o sangue e o qì nutritivo do baço que abrigam o yì (意), o espírito do baço.

(sanguíneos), os vasos são a morada do espírito[8]", "os vasos sanguíneos são harmoniosos e livres, o espírito está, por consequência, abrigado". De seu lado, Zhāng Zhì Cōng diz no Huáng Dì Nèi Jīng Líng Shū Jí Zhù (Anotações sobre o eixo espiritual do clássico interno do Imperador Amarelo): "os vasos sanguíneos armazenam o espírito".

Assim, a deficiência de sangue do baço, do fígado ou do coração induz desequilíbrios mentais, psicológicos ou sensoriais. Se o baço está acometido, há distúrbios da memória e da concentração. Se o fígado está acometido, há um excesso de sonhos, de pesadelos, de tristeza, de medo. Se o coração está acometido, há insônia, tristeza, ansiedade, depressão. Todos estes sintomas ou doenças se explicam pelo fato de que o espírito de cada um destes órgãos não está sendo bem nutrido e enraizado. Neste caso, ele se agita. Esta agitação se opõe à serenidade da qual ele tem necessidade para assumir suas funções. Por outro lado, hemorragias maciças ou um forte calor no sangue são também causas de desordens psíquicas e neurológicas: agitação, crise psicótica, delírio, ausências, perda de consciência. ...
Desta forma, em grande parte o bom funcionamento do espírito no plano mental, emocional, sensorial e espiritual depende do bom estado do sangue. "O qì do estômago está pleno então o sangue é abundante, o sangue é abundante então o qì é forte, o qì é forte então o espírito prospera", (Gù Sōng Yuán Yī Jìng – Espelho médico de Gu Song Yuan). É por isso que Zhāng Shān Léi, sob a dinastia Qing, afirma: "O coração é o mestre do líquido sanguíneo, a deficiência de sangue provoca um vazio do espírito", A relação sangue/espírito e atividades fisiológicas foi formidavelmente evidenciada por Zhāng Jiè Bīn que permite fazer a ligação entre as funções orgânicas e o espírito, o sangue agindo como mediador. Para isso ele comenta e completa a famosa frase do capítulo 10 do Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn: "O fígado obtém o sangue, então o espírito se reúne nos olhos e eles podem ver. Os pés obtém [o sangue] então o espírito se encontra nos pés, assim o caminhar e os passos são fortes. A palma da mão obtém [o sangue] então o espírito se encontra na mão, assim ela segura e é firme. Os dedos recebem [o sangue] então o espírito se encontra nos dedos, assim eles agarram forte", (Lèi Jīng – Clássico das classificações).

Podemos então concluir que o estado do sangue é primordial para as funções mentais, emocionais e espirituais do indivíduo. E o que faz o Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn (capítulo 26) dizer: "O sangue, é o espírito do ser". A expressão exata é "xuè qì" que significa qì/sangue, ou seja, o sangue como um tipo de qì. Isto não significa "sangue e qì". Logicamente, o que Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn quis dizer é que o sangue é fundamental para o espírito e não que o espírito corresponda estritamente ao sangue. Trata-se de uma imagem para assinalar a importância do sangue para o shén (神)[8]. Em outras passagens do Nèi Jīng (Clássico interno) demonstram que o espírito não é considerado como somente o sangue. Nesta principal obra, assim como em numerosos outros clássicos, é o conhecimento global dos textos que nos permite captar o sentido de cada ensinamento isolado.

Se o sangue é essencial para uma expressão harmoniosa do espírito, este último permanece o governador da vida. Da mesma maneira que o shén (神) comanda o jīng e o qì, (ver capítulo sobre os três

8. Os vasos são o palácio do sangue e são governados pelo coração. É exatamente o sangue do coração que abriga o espírito.

tesouros), ele governa também os movimentos dos sangue. Ao comandar o qì, ele comanda o sangue, ao comandar o jīng, ele comanda o sangue. Se o shén (神) está em harmonia, o sangue circula com fluidez. Por outro lado, os desequilíbrios do espírito podem influenciar os movimentos do sangue. As emoções influem no shén, em caso de perturbações emocionais, estas podem influenciar a circulação do sangue. Por exemplo, em caso de medo, o qì e o sangue tendem a descer, não conseguem mais subir, o que provoca uma tez pálida. Em caso de raiva, é o inverso, o qì e o sangue tendem a subir, não conseguem mais descer, o que leva a uma vermelhidão facial. "O espírito é o governador do qì e do sangue, o qì e o sangue são a base da nutrição do espírito", (Gŭ Fă Yăng Shēng Shí Sān Zé Chăn Wēi – Sutilezas explicadas dos treze princípios dos antigos métodos do yăng shēng).

3 - O sangue produz o esperma, a menstruação e o leite

O sangue não se contenta em nutrir os órgãos, tecidos, favorecer os órgãos dos sentidos, os membros, os zàng fŭ, abrigar o espírito e permitir o bom funcionamento mental e emocional. Ele participa da produção de três líquidos específicos: o esperma, o leite e a menstruação.
Nós já sabemos que "o jīng e o sangue tem a mesma origem". O jīng tem como função produzir o esperma e de tornar o homem fértil. Então não surpreende o fato de que o sangue auxilia o jīng para formar esperma. Além disso, para a mulher o sangue é essencial em toda a sua fisiologia específica: menstruação, gravidez, parto, aleitamento. A menstruação é produzida a partir do tiān guĭ (天癸) que se transforma em sangue. O tiān guĭ é uma substância que deriva do jīng e do qì dos rins quando estes são abundantes. Podemos considerar tiān guĭ (天癸) como um dos líquidos do corpo, próximo ao jīng e que permite a fertilidade, a menstruação e a reprodução. Reencontramos a relação estreita jīng/sangue. Após o parto uma parte do sangue é utilizada para produzir o leite que vai nutrir o bebê.

O Chì Shuĭ Xuán Zhū (Água vermelha da pérola obscura) resume tudo de maneira perfeitamente clara: "O sangue é o jīng qì da água e dos grãos. Ele harmoniza e regulariza os cinco órgãos zàng, umedece as seis vísceras fŭ. No homem ele se transforma em esperma. Na mulher, no alto se transforma em leite, embaixo é a menstruação".



O caractere Xuè (sangue) no estilo dos antigos selos

IV - CIRCULAÇÃO DE SANGUE

A circulação do sangue se faz no interior dos vasos, sem parar, no corpo inteiro e depende das funções do qì e das funções do coração, do baço, do pulmão e do fígado. Ela pode ser favorecida ou entravada pelo frio, calor ou perturbações emocionais. O conjunto destes parâmetros é desenvolvido logo abaixo.

1 - O sangue circula nos vasos

Para assumir sua função de nutrição e ancoragem do espírito, o sangue deve imperativamente se manter e circular dentro dos vasos. O capítulo 17 do Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn os considera ainda como o "palácio do sangue" (xuè fǔ 血府). Se por uma razão qualquer o sangue sai dos vasos, ele produz uma hemorragia ou uma estase de sangue (hematoma). Diz-se "o sangue abandona os canais" (lí jīng zhī xuè 离经之血). Ele perde então suas funções fisiológicas.

Deve-se notar que o excedente de sangue é estocado no fígado e também no vaso penetrador (chōng mài 冲脉) e no vaso concepção (rèn mài 任脉)[9] . Zhāng Jiè Bīn disse a respeito: "Chōng mài (冲脉) e rèn mài (任脉) são o mar do sangue", (Lèi Jīng – Clássico das classificações). Táng Zōng Hǎi em seu célebre Xuè Zhèng Lùn (Tratado das síndromes do sangue) acrescenta outro vaso extraordinário, o vaso da cintura (daì maì 带脉): "O líquido sanguíneo flui para baixo, no interior ele é armazenado no fígado e alojado temporariamente no mar de sangue, que são os três vasos chōng, rèn e daì [maì]".

2 - A circulação do sangue depende do qì

A circulação normal do sangue se faz graças às funções de mobilização e de fixação/manutenção do qì. O sangue pertence ao yīn. Por natureza ele é calmo e não pode se movimentar sozinho. O qì por sua vez pertence ao yáng. Por natureza ele é móvel. O qì mobiliza o sangue nos vasos. É a origem do ditado: "O qì circula então o sangue circula". Este princípio é ampliado por Lǐ Chān em Yī Xué Rù Mén (Rudimentos de medicina): "O sangue segue a circulação do qì, o qì circula então ele [*o sangue*] circula, o qì para então ele para, o qì é morno então ele desliza, o qì é frio então ele se coagula[10] ". Yú Tuán, outro médico da dinastia Ming exprime em seu Yī Xué Zhèng Chuán (Transmissão ortodoxa da medicina) um ponto de vista semelhante: "O sangue sem o qì não circula". Em caso de deficiência ou de estagnação de qì, o sangue não pode ser ativado corretamente nos vasos, o que provoca uma estase de sangue (xuè yū 血瘀). Por outro lado, a força dinâmica do qì mantém o sangue no interior dos vasos e o impede de extravasar. Em caso de deficiência de qì, o sangue pode sair dos vasos provocando também hemorragia e estase de sangue.

9 O vaso penetrador (chōng mài 冲脉) e o vaso concepção (rèn mài 任脉) são dois canais especiais, que não são associados a nenhum órgão. São chamados vasos extraordinários (ou seja, que não são comuns, ordinários).
10 Esta expressão teve um certo sucesso sob os Ming e os Qing pois ela se encontra em muitos textos médicos da época.

3 - O papel dos cinco órgãos zàng na circulação do sangue

Para assegurar ao sangue uma boa circulação, os cinco órgãos zàng intervêm: o coração, o pulmão, o fígado, o baço, o baço e igualmente os rins.

- O coração governa os vasos sanguíneos (xīn zhǔ xuè mài - 心主血脉). A força do qì do coração dá um dinamismo à circulação do sangue. É o qì do coração que dá a impulsão. "O coração do homem se movimenta, então o sangue circula nos canais", (Yī Xué Rù Mén - Rudimentos de medicina).

- O pulmão governa o qì (fèi zhǔ qì - 肺主气). Zhāng Jiè Bīn explica no Lèi Jīng (Clássico das classificações) que a circulação do sangue nos vasos necessita da força motriz do qì. Esta força motriz, assim como o qì, está sob o comando do pulmão. É por isso que o sangue deve voltar neste órgão para se beneficiar do dinamismo do qì. O pulmão também tem relação estreita com o qì confluente (zōng qì 宗气). Este qì penetra nos vasos do coração para ajudar o qì do coração a propulsar o sangue para todo o organismo. Além disso, a função de difusão/descendência do pulmão permite uma distribuição geral do sangue. O pulmão ajuda, portanto o coração a difundir o sangue para o corpo inteiro.

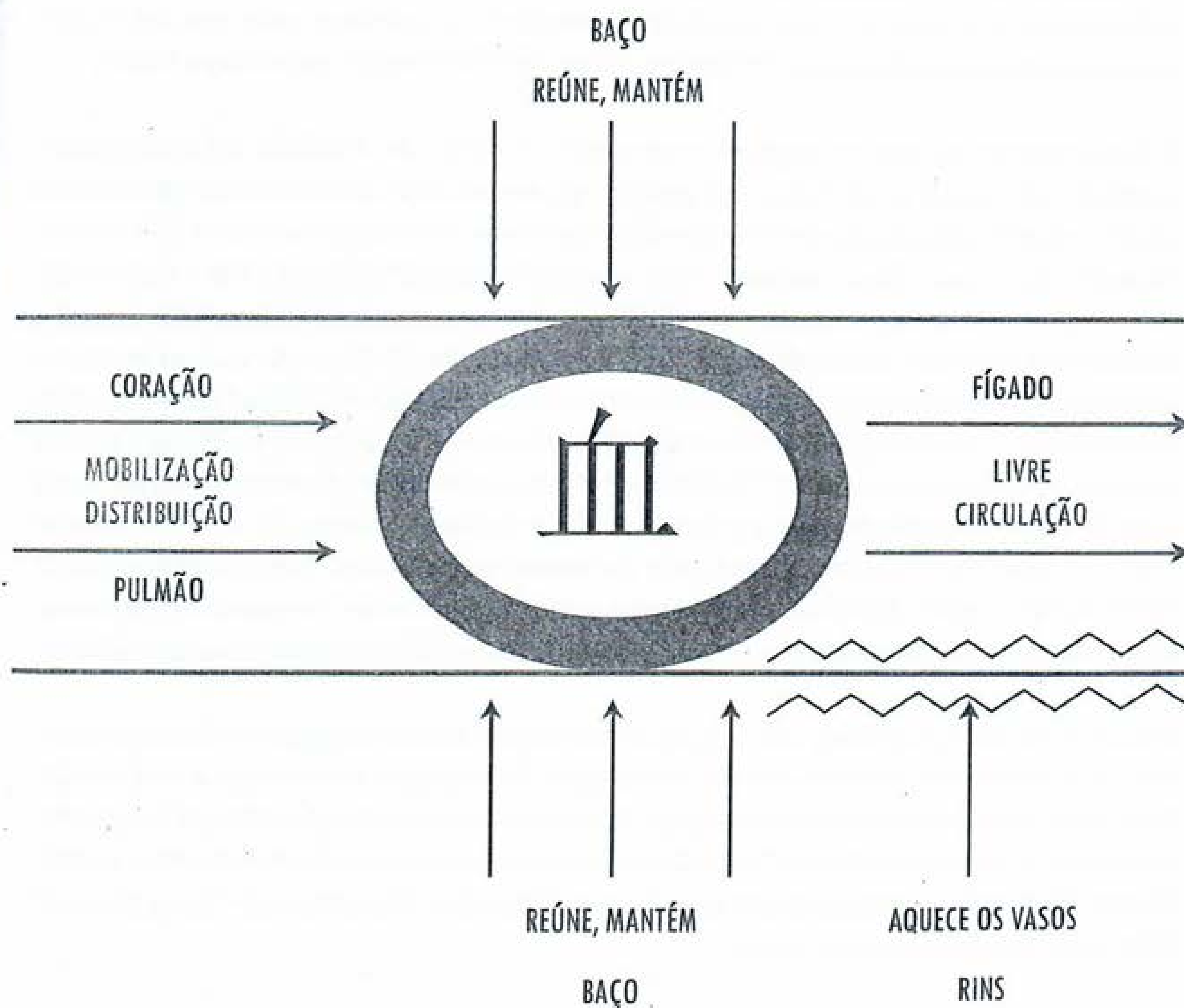
- O fígado governa o armazenamento do sangue (gān zhǔ cáng xuè - 肝主藏血). O fígado estoca o excedente de sangue e regulariza a quantidade de sangue circulante nos vasos, liberando ou absorvendo o líquido sanguíneo em função das necessidades para manter uma circulação correta. "Quando o homem se deita, o sangue retorna ao fígado", (Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn - capítulo 10). "O homem se movimenta então o sangue circula nos canais. O homem está calmo então o sangue retorna para o fígado.", (Zhòng Guǎng Bǔ Zhù Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn - Acréscimos importantes sobre as questões simples do clássico interno do Imperador Amarelo). O fígado governa a livre circulação e a evacuação (gān zhǔ shū xiè 肝主疏泄). Ele permite ao qì circular de maneira fluida e assim o sangue circula sem entrave. "O qì circula então o sangue circula". No entanto, não percamos de vista que é o coração que tem a principal tarefa de mobilizar o sangue. "O corpo humano se movimenta então o sangue circula nos canais, [se ele está] calmo então o sangue é armazenado no fígado, é por isso que o fígado é o mar de sangue; o coração finalmente o transporta e o faz circular no interior, é por isso que o coração governa o sangue", (Yī Xué Rù Mén - Rudimentos de medicina).

- O baço reúne o sangue (pí tōng xuè - 脾统血). O qì do baço mantém o sangue no interior dos vasos. Se o sangue está fora dos vasos ele não circula mais. É o baço que está na origem da produção de qì através da transformação dos alimentos. Produzir o qì em quantidade suficiente lhe permite impulsionar o sangue com eficácia "A reunião e a manutenção do sangue dos cinco órgãos e das seis vísceras fǔ dependem completamente do qì do baço", (Shěn Zhù Jīn Guì Yào Luè – Comentários de Shěn sobre o manual do cofre de ouro).

- Os rins governam o yáng verdadeiro (shèn zhǔ zhēn yáng - 肾主真阳). Os rins governam a porta do destino (mìng mén 命门), reservam maior do fogo ministro. Este forma o yáng a partir da transformação do jīng dos rins. Para que o sangue circule convenientemente é preciso também que o yáng qì aqueça os vasos. "O qì é quente então o sangue desliza". O fogo ministro também tem sua importância na produção de sangue, pois ele auxilia o aquecedor central para transportar e transformar o jīng sutil dos alimentos.

"O coração governa o sangue, o fígado armazena o sangue, o baço reúne o sangue", (Lèi Zhèng Zhì Cái – Discernimento terapêutico pela classificação de síndromes).

"O baço e o estômago são os pais do qì e do sangue", (Zhèng Zhì Zhǔn Shéng – Critérios para as síndromes e os tratamentos).



4 - *Efeitos do frio, do calor e das emoções na circulação do sangue*

A - O calor e o frio

Além de diferentes parâmetros citados mais acima, outros fenômenos favorecem ou desregulam a circulação do sangue nos vasos. Logo de início, nos vimos que os vasos devem estar aquecidos pelo yáng qì para permitir uma circulação fluida. "O sangue ama o aquecimento e tem aversão ao frio. [Em caso de] frio então ele trava e não flui, [em caso de] calor ele se difunde e circula", (Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn - capítulo 62). Aquecer não quer dizer superaquecer os vasos. Pois em caso de excesso de calor, a circulação do sangue se acelera, os vasos se dilatam, a circulação do sangue é desordenada, os vasos de conexão (luò mài 络脉) são queimados, o sangue pode extravasar. O frio por sua vez retarda a circulação do sangue, contrai os vasos, faz estagnar o sangue.

B - As emoções

As emoções enquanto processo natural da fisiologia humana não tem nenhuma ação direta sobre a circulação do sangue, fora a alegria e o riso que tem a reputação de favorecer a circulação do qì e sangue. Por outro lado, as emoções no seu aspecto patológico, podem entravar a circulação do sangue. Primeiro porque os dois órgãos que são os mais comumente implicados nas desordens emocionais, tem um papel fundamental para o sangue: o coração e o fígado. Qualquer que seja o distúrbio psicológico, em estágio avançado, desregula o coração que abriga o espírito. Se o qì do coração é perturbado, a circulação do sangue tem grande chance de estar também. O fígado harmoniza e regulariza o qì e as emoções (as quais são um tipo de qì particular). Em caso de desordens emocionais, o qì do fígado tende a estagnar. Nesta situação, a função de livre circulação e evacuação não é assegurada convenientemente e o sangue fica entravado no seu movimento. Em seguida, é preciso saber que toda emoção excessiva provoca um desequilíbrio do qì: a raiva faz subir o qì, a alegria "destensiona" (relaxa) o qì, a tristeza dissipa o qì, o medo descende o qì, o pavor provoca uma desordem do qì, o excesso de preocupação amarra o qì. O qì mobiliza o sangue. Se o movimento do qì é perturbado, o do sangue também será. Por exemplo, fazendo o qì subir, a raiva pode fazer o sangue subir e provocar um extravasamento e uma hemorragia no alto (epistaxe, hematêmese principalmente). Amarrando o qì, o excesso de preocupação provoca uma estagnação de sangue, etc.

CAPÍTULO 6

JĪN YÈ

LÍQUIDOS ORGÂNICOS

津液

I - DEFINIÇÃO E CONCEITO GERAL

Os líquidos jīn yè (津液) englobam todas as substâncias fisiológicas, fluidas e aquosas normalmente presentes no corpo humano. Eles correspondem tanto aos líquidos dos órgãos e vísceras zàng fǔ (constituindo uma parte do yīn destes), como os líquidos secretados pelos órgãos, como os sucos digestivos, as lágrimas, a saliva..., e também às produções líquidas da atividade metabólica, como urina, suor... Assim como o qì e o sangue, os líquidos são um substrato essencial para a manutenção das funções vitais do organismo. Eles provêm da transformação da água e dos grãos[1] pelo baço e estômago. Nós distinguimos dois tipos de líquidos: os "jīn" e os "yè".

Os jīn (津) são os líquidos mais finos, sutis, leves, claros. Pertencem ao yáng. Eles são muito móveis. Circulam principalmente na superfície do corpo, ao nível da pele, dos poros, dos músculos e carnes, dos orifícios[2] . São associados ao qì e em particular ao qì defensivo (wèi qì 卫气). Os líquidos jīn (津) pertencem ao yáng, pois são leves e estão principalmente na superfície. Mas esta característica yáng é apenas em relação aos líquidos yè (液), que são mais internos, mais yīn. Os jīn assim como os yè, de uma forma geral, pertencem e constituem o aspecto yīn do corpo.

Os yè (液) são os líquidos mais espessos, densos, viscosos, pesados, turvos[3] . Pertencem ao yīn. São bem pouco móveis. Estão localizados principalmente no interior do corpo, ao nível dos órgãos e vísceras zàng fǔ, das articulações e dos ossos, do cérebro, da medula. São associados ao qì nutritivo (yīng qì), ao sangue e ao yīn interno. Por esta razão, são chamados "yīn yè" (líquidos yīn).

---

1. Água e grãos (shuǐ gǔ 水谷) é uma expressão genérica para falar dos alimentos líquidos e sólidos.
2. Trata-se dos nove orifícios que estão em contato com o exterior. Há sete orifícios superiores, associados aos orgãos sensoriais: 2 narinas, 2 olhos, 2 orelhas, 1 boca. Há dois orifícios inferiores, associados aos orgãos de excreção do turvo: a uretra e o ânus.
3. "Turvos" aqui não significa que os líquidos yè (液) são impuros, mas concentrados , densos, ricos.

Logicamente estes dois tipos de líquidos mantém uma relação permanente. Eles podem se transformar um no outro. Eles se auxiliam mutuamente em caso de deficiência. A patologia de um pode se transmitir ao outro. A relação entre ambos é muito estreita. É por isso que frequentemente empregamos a expressão genérica jīn yè (津液) como líquidos. A expressão "líquidos orgânicos" é frequente na literatura francesa e até mesmo na inglesa. No entanto nem jīn (津), nem yè (液) significam "orgânico". Além disso, o vocábulo "líquido" só se aplica ao termo "jīn yè (津液)". Tudo o que se refere aos elemento saquosos se originam da expressão "shuǐ (水): água" ou "shī (湿): umidade". Então como não existe nenhuma ambiguidade em relação ao termo "líquido", eu prefiro utilizar uma tradução mais simples e mais próxima do chinês, suprimindo a palavra "orgânico".

O sangue pode ser considerado como um líquido muito particular que possui características específicas. No entanto, suas funções são parecidas com aquelas dos líquidos. Além disso, uma parte do sangue é constituída de jīn yè. Considera-se que os líquidos circulantes nos vasos é sangue e aqueles que circulam fora dos vasos são os jīn yè. Finalmente, os líquidos não são vermelhos, o que também os diferencia do sangue.

II - Produção de líquidos

Devemos assinalar que nenhum grande clássico da medicina chinesa descreve detalhadamente a produção dos líquidos. O Nèi Jīng (Clássico interno) é bastante impreciso: "As bebidas entram no estômago, o jīng qì flutua e transborda e é transportado até o baço. O qì do baço dispersa este jīng (qì) e o faz subir ao pulmão. [O pulmão] draga e regulariza a via das águas, faz descender e transporta [os líquidos] em direção à bexiga, o jīng da água é disseminado nas quatro [direções]", (Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn - capítulo 21). O essencial é dito mas parece faltar alguns dados. Contudo, ao longo do tempo, gerações sucessivas aperfeiçoaram o processo levando em conta a fisiologia descrita pelos antigos. O que detalhamos mais abaixo, é comumente admitido pelos especialistas chineses.

A produção dos líquidos provém da água e dos grãos (shuǐ gǔ 水谷) e implica na ação do estômago, do baço, do intestino delgado e, numa certa medida, do intestino grosso. "Os líquidos provém da transformação da água e dos grãos", (Huáng Dì Nèi Jīng Tài Sù – Grande simplicidade do clássico interno do imperador amarelo). As diferentes etapas são as seguintes:

1 - O estômago recebe a água e os grãos, quer dizer as bebidas e os alimentos sólidos (que contêm eles também uma parte aquosa).

2 - Com a ajuda do yáng do baço e também dos rins, o estômago fermenta, vaporiza, transforma o bolo alimentar.

3 - O "jīng qì suspenso e transbordante" é recuperado diretamente pelo baço. O jīng qì é constituído de uma parte do jīng sutil (jīng wēi 精微) e dos líquidos claros e assimiláveis.

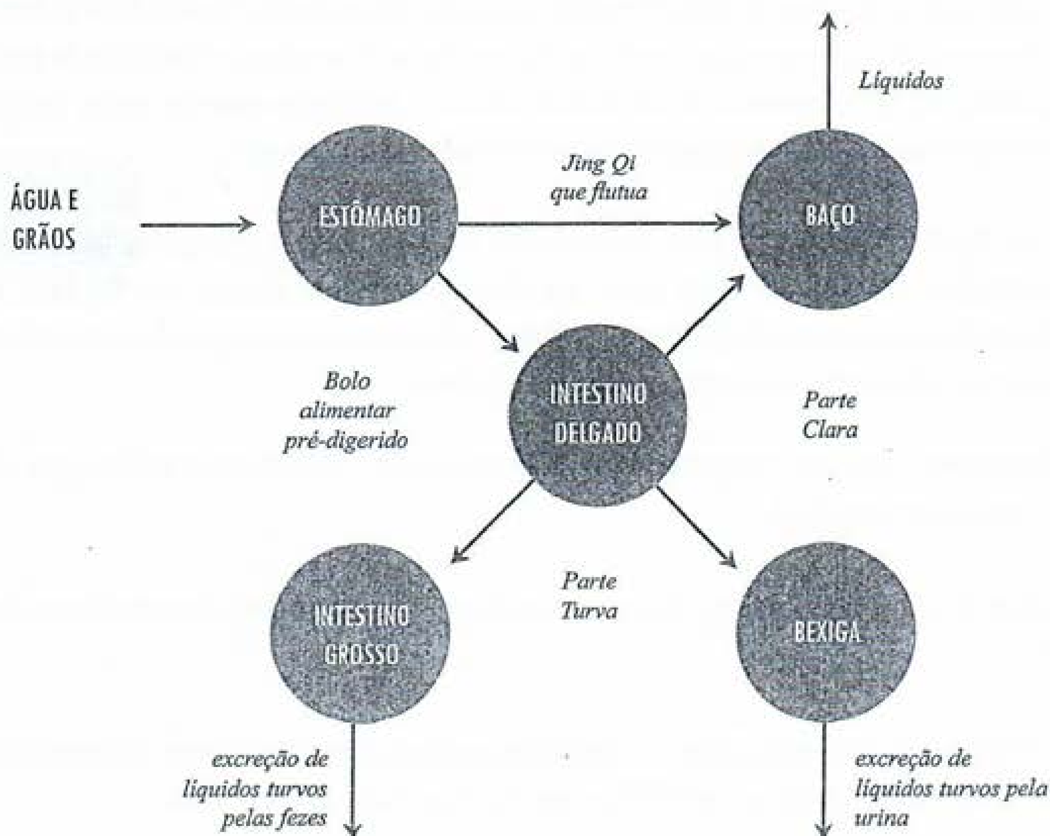
4 - O bolo alimentar pré-digerido e transformado em uma espécie de papa líquida (chamada precisamente de "bolo alimentar" (shí mí 食糜)), é transmitido ao intestino delgado pelo estômago.

5 - O intestino delgado separa o puro e o turvo. A parte pura é direcionada ao baço e a parte turva ao intestino grosso. Como o intestino delgado recupera a parte mais rica, a mais densa dos líquidos que ele transmite ao baço, dizemos que ele governa os líquidos yè (液) espessos.

6 - O baço faz os líquidos puros subirem ao pulmão onde eles começam sua circulação e sua função no organismo. Os líquidos são, portanto, constituídos de uma parte líquida do jīng qì que flutua e dos líquidos claros separados do turvo pelo intestino delgado.

7 - O intestino grosso recebe o turvo. Ele assimila uma parte do claro no interior do turvo. Os líquidos puros são utilizados para lubrificar o intestino grosso. Esta é a razão pela qual dizemos que o intestino grosso governa os líquidos jīn (津) sutis. Ele excreta em seguida os líquidos turvos através das fezes.

8 - Em caso de excesso de líquidos, o intestino delgado faz o excedente descender em direção à bexiga onde ele é expulso sob a forma de urina. Se a quantidade de líquidos não é muito excessiva, a parte turva dos líquidos se direciona principalmente ao intestino grosso e não escoa para a bexiga. A urina provém também do turvo dos líquidos assimilados pelo baço e distribuídos pelo pulmão para todo o corpo. No final do circuito os líquidos não utilizados são enviados para a bexiga onde são expulsos na forma de urina, sob o controle dos rins. Ver mais abaixo.



Nós podemos constatar que a produção de líquidos se faz com a participação de um órgão zàng e três vísceras fǔ. O zàng tende a fazer subir e as três vísceras fǔ tendem a fazer descender. Deve-se notar que segundo Zhāng Liù Tōng (张六通) e sua equipe[4], o qì nutritivo e o sangue que normalmente circulam nos canais, podem exsudar ao nível dos pequenos colaterais, os sūn luò (孙络). Esta exsudação, quando fora dos vasos, se transforma em líquidos jīn yè (津液) para umedecer a pele, os músculos, as mucosas. Esta ideia não sendo comumente aceita, será colocada entre parênteses. Mas ela é, de qualquer forma, interessante.

III - Distribuição dos líquidos

Também em relação à distribuição dos líquidos, devemos notar que em nenhum grande clássico se encontra uma descrição detalhada. O Nèi Jīng (Clássico interno) por exemplo, mantém-se bastante próximo: "As bebidas entram no estômago, o jīng que flutua e que transborda é transportado para o baço. O qì do baço dispersa este jīng (qì) e o faz subir ao pulmão. [O pulmão] draga ou dispersa e regulariza a via das águas, faz descender e transporta [os líquidos] para a bexiga, o jīng da água é disseminado nas quatro [direções]", (Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn - capítulo 21). Com a contribuição de mestres de diferentes dinastias, foi possível aperfeiçoar esta primeira descrição. Por exemplo, Táng Zōng Hǎi da dinastia Qing dá um pouco mais de detalhes: "No corpo humano, a água das bebidas e dos alimentos entra pela boca, sai pela bexiga, é distribuída pelo qì do pulmão, exsudada e liberada pelo qì do baço, vaporizada e transformada pelos rins", (Xuè Zhèng Lùn – Tratado das síndromes do sangue).

1- O processo da distribuição dos líquidos

1 - Quando os líquidos puros são produzidos, eles devem ser difundidos e assimilados pelo organismo.

2 - Para isto o baço os faz subir em direção ao pulmão. É a partir do pulmão que ocorre a difusão dos líquidos. Do pulmão, os líquidos tomam três diferentes direções.

3 - De início uma parte dos líquidos se dissipa através da respiração pela boca e nariz. É uma pequena quantidade de líquidos que não beneficiam o corpo, mas não se trata de nenhum grande desperdício. Estes líquidos ajudam a umidificar a via aérea: garganta e nariz.

4 - Com sua função de difusão (xuān fā 宣发), que é um movimento ascendente e centrífugo, o pulmão direciona os líquidos mais leves, os jīn (津), para a superfície do corpo onde eles vão umidificar e nutrir a pele, os poros cutâneos, os pelos, as carnes, os músculos, os orifícios. Uma parte destes líquidos é eliminada para o exterior através da pele, trata-se do suor: "O que emana e escapa dos còu lǐ (腠理), a transpiração que sai gota a gota, é o que chamamos de líquidos jīn (津)", (Huáng Dì Nèi Jīng Líng Shū - capítulo 30). O excedente ou o que não é assimilável pelos tecidos constitui o turvo e é escoado para os rins.

4 Página 88 de Zhōng Yī Zāng Xiàng Xué 中医脏象学 (Ensinamentos sobre os órgãos da medicina chinesa). Ed. Scientifques du Hu Bei, 1988.

5 - Com sua função de descida (sù jiàng 肃降), o pulmão faz descender os líquidos yè (液) densos nos três aquecedores, que constitui o que chamamos de vias das águas. Durante essa descida os líquidos nutrem os órgãos e vísceras zàng fǔ, as articulações, os ossos e as medulas.

6 - No final do circuito, os líquidos não utilizáveis, que constituem o turvo no interior do puro, são escoados para baixo e são recuperados pelos rins (mas estocados na bexiga, pois os rins não tem a capacidade de armazenar líquidos).

7 - Graças às suas funções de transformação do qì e de vaporização, os rins recuperam o puro que está retido no interior do turvo e o faz subir ao pulmão. Este líquido puro é então relançado no sistema, em direção à pele e aos pelos sob a forma de respiração e do qì defensivo[5] .

8 - O turvo do turvo permanece na bexiga aguardando ser transformado em urina antes de ser excretado. A urina é eliminada pela bexiga, sob comando dos rins.

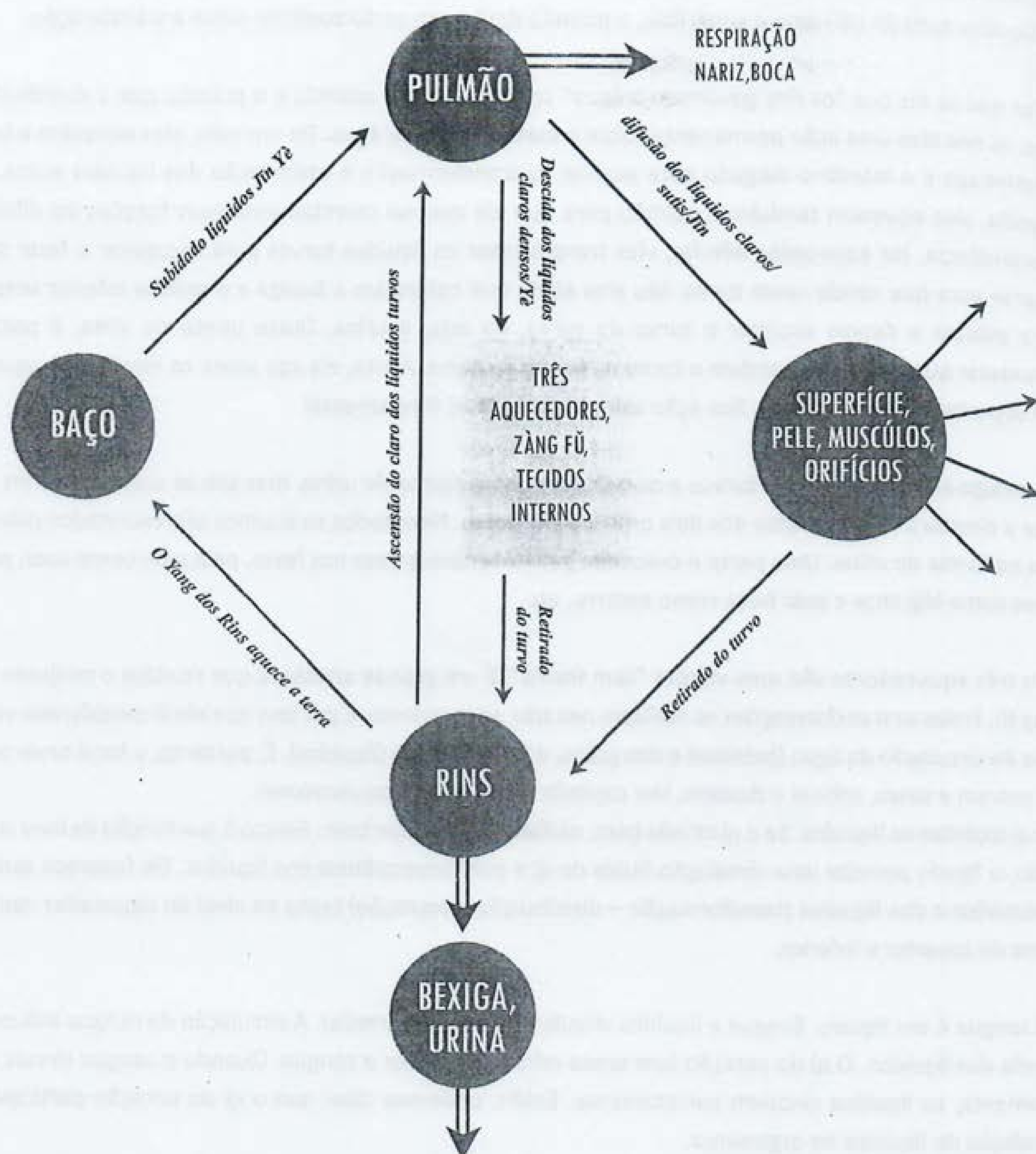
Deve-se notar que quando os órgãos zàng recebem os líquidos, eles transformam estes em um líquido específico, uma das cinco expressões fluidas de acordo com a classificação dos cinco movimentos. "O Nèi Jīng (Clássico interno) diz que os rins governam os líquidos, [quando] eles entram no fígado, são as lágrimas, [quando] entram no coração, é a transpiração, [quando] entram no baço, é a saliva fina, [quando] entram no pulmão, é o muco, [quando] entram nos rins, é a saliva grossa", (Tú Zhù Bā Shí Yī Nán Jīng – Comentários ilustrados do clássico das oitenta e uma dificuldades)

2 - Compreender a distribuição dos líquidos

• Aqui quando se fala em puro (qīng 清), trata-se da parte assimilável dos líquidos que podem nutrir o corpo. Quando se fala em turvo (zhuó 浊), trata-se da parte não assimilável que constitui um dejeto metabólico que é preciso expulsar. Pode também corresponder a um excesso de bebida que não pode mais ser assimilado pelo corpo. Quando se bebe demais, se urina bastante: este é o turvo. Quando tudo funciona corretamente todo o puro é assimilado e todo o turvo é eliminado. Deve-se perceber que do líquido puro transmitido pelo baço ao pulmão há uma pequena parte turva que persiste. No líquido turvo recebido pelos rins no final do processo, uma pequena parte clara permanece. Os rins a recupera graças à sua função de transformação do qì e da vaporização. A matriz yīn yáng se encontra aqui: o puro no turvo, o turvo no puro.

• O baço que permite extrair os líquidos puros e enviá-los ao alto poderia ser considerado como a fonte central da água (junto com o estômago). O baço está no centro dos mecanismos de subida e descida do qì (ver capítulo sobre o qì). Como o qì transporta e veicula os jīn yè, o baço está no centro da distribuição dos líquidos e em particular de sua subida. Eles também sobem graças ao pulmão (função de difusão) e

5. Ver a seção "Transformação do qì da bexiga" no capítulo sobre a bexiga.



aos rins (função de transformação do qì e de vaporização) e descem graças ao pulmão (função de descida). Além disso, entram graças ao estômago e saem graças ao intestino grosso e à bexiga.

• É a partir do pulmão que se opera a distribuição de todos os líquidos no corpo todo. É a passagem obrigatória dos jīn yè antes de nutrirem os órgãos e tecidos. É a razão pela qual o pulmão é considerado como a "fonte superior da água". A água é aqui um sinônimo de líquidos jīn yè. Diz-se que o pulmão "draga e regulariza" a via das águas. Isto significa que graças à sua função de descida, ele abre a via das águas e permite aos líquidos descer sem obstáculos. Tendo uma relação estreita com o qì defensivo cuja uma das

funções é controlar a abertura e o fechamento dos poros da pele, estando associado à pele e difundindo os líquidos sutis jīn (津) para a superfície, o pulmão detém um certo controle sobre a transpiração.

• Por que se diz que "os rins governam a água" se o baço que a assimila e o pulmão que a distribui? De fato, os rins têm uma ação permanente sobre o metabolismo da água. De um lado, eles aquecem o baço, o estômago e o intestino delgado para auxiliar na transformação e assimilação dos líquidos puros. Em seguida, eles aquecem também o pulmão para que ele assuma corretamente suas funções de difusão/descendência. No aquecedor inferior, eles transformam os líquidos turvos para recuperar e fazer subir a parte pura que reside neste turvo. São eles ainda que controlam a bexiga e o orifício inferior anterior para estocar e depois excretar o turvo do turvo, ou seja, a urina. Deste ponto de vista, é possível considerar que os rins descendem o turvo na forma de urina. Assim, ele age sobre os líquidos no aquecedor superior, médio e inferior. Sua ação sobre os líquidos é fundamental.

• A bexiga estoca os líquidos turvos e os excretam sob a forma de urina, mas sob as ordens dos rins que rege a abertura e fechamento dos dois orifícios inferiores. Nem todos os líquidos são excretados pela bexiga na forma de urina. Uma parte é evacuada pelo intestino grosso nas fezes, pela pele como suor, pelos olhos como lágrimas e pela boca como escarro, etc.

• Os três aquecedores são uma víscera "sem forma". É um grande envelope que contém o conjunto dos zàng fǔ. Todas as transformações se realizam nos três aquecedores. É por isso que ele é considerado como a via de circulação da água (bebidas) e dos grãos, do qì e da água (líquidos). É, portanto, o local onde os jīn yè, entram e saem, sobem e descem. Ver capítulo sobre os três aquecedores.
• O qì mobiliza os líquidos. Se o qì circula bem, os líquidos circulam bem. Graças à sua função de livre circulação, o fígado permite uma circulação fluida do qì e por consequência dos líquidos. Ele favorece assim o metabolismo dos líquidos (transformação – distribuição – excreção) tanto ao nível do aquecedor central, como do superior e inferior.

• O sangue é um líquido. Sangue e líquidos circulam de maneira similar. A circulação do sangue influencia aquela dos líquidos. O qì do coração tem como missão mobilizar o sangue. Quando o sangue circula corretamente, os líquidos circulam corretamente. Então, podemos dizer que o qì do coração participa da circulação de líquidos no organismo.

• Os líquidos densos yè (液) nutrem os cinco órgãos zàng e participam da produção de líquidos associados a cada um deles. O suor produzido é o yè (液) do coração. As lágrimas produzidas são os yè (液) do fígado. A saliva fina produzida é o yè (液) do baço. O muco nasal produzido é o yè (液) do pulmão. A saliva espessa produzida é o yè (液) dos rins. "A água e os grãos entram pela boca, são transportadas aos intestinos e ao estômago. Lá os líquidos se dividem em cinco [*líquidos*]". (Huáng Dì Nèi Jīng Líng Shū - capítulo 30). "Os cinco órgãos zàng transformam líquidos. [Para] o coração é o suor, para o pulmão é o muco, para o fígado, são as lágrimas, para o baço é a saliva fina, para os rins é a saliva espessa", (Huáng Dì Nèi Jīng Sù Wèn - capítulo 23).